

Утверждаю

Руководитель  
СП "Дас "Алёнушка" ГБОУ ООШ№17  
Ильжеева, Марина Юрьевна

# МЕНЮ

1 марта 2023 г.



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ПШЕННАЯ	180	5,8	6,7	25,2	185
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,5	3,8	12,4	99
БАТОН С МАСЛОМ	25	1,7	4,3	10,6	89
Итого		11	14,8	48,2	373
<b>II Завтрак</b>					
СОК	103	0,5	0,1	9,9	43
Итого		0,5	0,1	9,9	43
<b>Обед</b>					
СУП "Курочка Ряба" на м/к бульоне со сметаной	200	7,3	12,2	10,2	182
РАСТЕГАЙ С КАПУСТОЙ И МЯСОМ	135	18,9	20,3	45,7	441
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ И ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180			9,5	38
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	53	4	0,3	26,5	125
ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,2	97
Итого		33,4	33,2	112,1	883
<b>Полдник</b>					
КЕФИР	157	4,5	3,9	6,3	83
ВАФЛИ	18	0,5	0,6	14,3	65
Итого		5	4,5	20,6	148
<b>Ужин</b>					
ВАТРУШКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	140	23,7	19,6	22,5	365
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,2		6,1	26
Итого		23,9	19,6	28,6	391
Всего		73,8	72,2	219,4	1838

Медицинская сестра

*Е. Протасова*

Протасова Елена Валентиновна