

Утверждаю

Руководитель

СП "Д/с "Алёнушка" ГБОУ ООШ №17

/Ильжеева Марина Юрьевна/



МЕНЮ
12 мая 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ	160	9,3	14,2	5,4	186
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,7	4	11,3	97
БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ	45	5	8	13,2	146
Итого		18	26,2	29,9	429
II Завтрак					
СОК	99	0,5	0,1	9,8	43
Итого		0,5	0,1	9,8	43
Обед					
Рассольник на м/к бульоне	200	6,7	12	19,7	215
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	14,5	15,9	19	280
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ И ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180			11,9	48
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	56	4,3	0,3	28,1	133
ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,4	21,6	104
Итого		28,9	28,6	100,3	780
Полдник					
КИСЕЛЬ	180			23,4	93
Итого				23,4	93
Ужин					
ПИРОЖКИ С КАРТОШКОЙ	120	8,8	9	49	314
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180			5,9	24
ЯБЛОКО	220	0,9	0,9	21,6	103
Итого		9,7	9,9	76,5	441
Всего		57,1	64,8	239,9	1786

Медицинская сестра

Протасова Елена Валентиновна