

Утверждаю

Руководитель
СП "Детский сад "Аленушка" ГБОУ ООШ №17
Ильжеева Марина Юрьевна



МЕНЮ
13 марта 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	180	6,5	8,8	24,9	206
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,1		4,3	17
БАТОН С МАСЛОМ	30	1,8	4,6	10,9	93
Итого		8,4	13,4	40,1	316
II Завтрак					
СОК	106	0,5	0,1	10,8	46
Итого		0,5	0,1	10,8	46
Обед					
СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	8,5	9,6	19	197
ВЕРМИШЕЛЬ С КУРИЦЕЙ И ОВОЩАМИ	195	13,8	16,4	30,2	324
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ И ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180			9,2	38
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	61	4,6	0,4	30,5	144
ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,8	100
Итого		30,1	26,8	109,7	803
Полдник					
РЯЖЕНКА	167	4,8	4,2	7	90
ПЕЧЕНЬЕ	19	1,4	1,9	14,1	79
Итого		6,2	6,1	21,1	169
Ужин					
ЛАКОМКА ИЗ ТВОРОГА	170	27,1	19,9	26,2	398
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,8	4	11,1	97
Итого		30,9	23,9	37,3	495
Всего		76,1	70,3	219	1829

Медицинская сестра Протасова Елена Валентиновна