

Утверждаю

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

МЕНЮ
14 марта 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ	150	7,6	11,7	4,8	156
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,4	3,6	11,4	93
БАТОН С МАСЛОМ	30	1,9	4,3	11,6	94
Итого		12,9	19,6	27,8	343
II Завтрак					
СОК	106	0,5	0,1	10,8	46
Итого		0,5	0,1	10,8	46
Обед					
СУП ХАРЧО НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	5,6	8,4	19,4	177
БИФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ С ГРЕЧКОЙ	185	20,9	10,7	28,8	315
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ И ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180			15	60
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,2	0,3	27,6	130
ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,5	0,5	22,2	107
Итого		34,2	19,9	113	789
Полдник					
ВАРЕНЕЦ	172	4,5	3,5	10,3	75,6
Итого					
Ужин					
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	130	8,1	10	49,4	321
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		6,2	26
Итого		8,2	10	55,6	347
Всего		60	53	217,5	1600,6

Медицинская сестра Протасова Елена Валентиновна