

Утверждаю

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

МЕНЮ
16 марта 2023 г.



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕНИЧНАЯ	180	6,1	8,1	26,3	203
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,5	3,8	11	92
БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ	40	4,3	8,1	11,4	137
Итого		13,9	20	48,7	432
II Завтрак					
СОК	105	0,5	0,1	9,7	42
Итого		0,5	0,1	9,7	42
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	35	0,3		0,6	4
БОРЩ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	5,3	10,9	6,5	149
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	85	9,9	15,9	3,5	198
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			15	60
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,5	0,3	23,1	109
ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,4	0,3	15,2	73
Итого		21,4	27,4	63,9	593
Полдник					
СНЕЖОК	165				
Итого					
Ужин					
РЫБНАЯ КОТЛЕТА С ОВОЩАМИ	170	15,9	6,5	12,3	171
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,2	22
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	8	0,6	0,1	4,2	20
ХЛЕБ РЖАНОЙ	8	0,6	0,1	3,5	17
Итого		17,2	6,7	25,2	230
Всего		53	54,2	147,5	1297

Медицинская сестра Протасова Елена Валентиновна