

Утверждаю

Руководитель
СП "Д/с "Аленушка" ГБОУ ООШ №17
Ильжеева Марина Юрьевна



МЕНЮ
18 апреля 2023 г.

| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ | 180 | 6,4 | 8,7 | 22,3 | 194 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 3,4 | 3,7 | 10,9 | 91 |
| БАТОН С МАСЛОМ | 30 | 1,8 | 4,3 | 11,2 | 92 |
| Итого | | 11,6 | 16,7 | 44,4 | 377 |
| II Завтрак | | | | | |
| СОК | 108 | 0,6 | 0,1 | 10,9 | 47 |
| Итого | | 0,6 | 0,1 | 10,9 | 47 |
| Обед | | | | | |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ | 44 | 0,8 | 3,8 | 3,3 | 50 |
| СУП "Курочка Ряба" на м/к бульоне со сметаной | 200 | 9,6 | 14,7 | 18,8 | 247 |
| РАСТЕГАЙ С КАПУСТОЙ И МЯСОМ | 125 | 20,4 | 21,8 | 51 | 483 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ И ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ | 180 | | | 12,3 | 50 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 52 | 4 | 0,3 | 26,2 | 124 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 82 |
| Итого | | 37,4 | 41 | 128,6 | 1036 |
| Полдник | | | | | |
| ВАРЕНЕЦ | 189 | 4,5 | 3,5 | 10,3 | 75,6 |
| Итого | | | | | |
| Ужин | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 22 | 0,2 | | 0,5 | 3 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3,6 | 4,8 | 23,8 | 154 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | 0,1 | | 6,3 | 26 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 11 | 0,8 | 0,1 | 5,3 | 25 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 11 | 0,7 | 0,1 | 4,5 | 22 |
| БАНАН | 150 | 2,3 | 0,8 | 31,6 | 145 |
| Итого | | 7,7 | 5,8 | 72 | 375 |
| Всего | | 62 | 67 | 266 | 1910,6 |

Медицинская сестра

Протасова Елена Валентиновна