

Утверждаю

Руководитель

СП "Детский сад "Аленушка" ГБОУ ООШ №17

Ильжеева Марина Юрьевна

МЕНЮ
2 марта 2023 г.



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ	155	10,6	13,6	5,3	186
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,7	4	13,3	105
БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ	40	4,2	7,4	11,1	130
Итого		18,5	25	29,7	421
II Завтрак					
СОК	106	0,5	0,1	9,9	43
Итого		0,5	0,1	9,9	43
Обед					
ЩИ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	5,1	11	11,6	168
ГУЛЯШ С ГРЕЧКОЙ	180	15,6	19,1	28,6	348
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ И ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180			14,4	58
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,7	0,3	24,1	114
ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,2	78
Итого		26,9	30,7	94,9	766
Полдник					
СНЕЖОК	158	3,8	3,2	4,5	72,9
Итого					
Ужин					
РЫБА ТУШЕНАЯ ПОД ОВОЩАМИ	160	1,6	5	9,6	92
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,3		9,6	40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	12	1	0,1	6,3	30
ХЛЕБ РЖАНОЙ	11	0,7	0,1	4,7	22
Итого		3,6	5,2	30,2	184
Всего		53	64	169	1414

Медицинская сестра Протасова Елена Валентиновна