

Утверждаю

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



МЕНЮ
20 марта 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ	180	6	8,4	25,9	206
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С САХАРОМ	180	0,1		5,5	23
БАТОН С МАСЛОМ	25	1,7	4,3	10,3	87
Итого		7,8	12,7	41,7	316
II Завтрак					
СОК	103	0,5	0,1	10,3	45
Итого		0,5	0,1	10,3	45
Обед					
СУП "Курочка Ряба" на курином бульоне со сметаной	200	7	13,6	11,6	199
РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ КУР	180	12,6	17,4	18,2	282
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			11	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	59	4,5	0,4	29,7	140
ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,6	0,5	23,3	112
Итого		27,7	31,9	93,8	777
Полдник					
РЯЖЕНКА	179	5,2	4,5	7,5	97
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83
Итого		6,7	6,5	22,4	180
Ужин					
СЫРНИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	170	28,2	19,9	32,8	427
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,2	10,8	99
Итого		32,3	24,1	43,6	526
Всего		75	75,3	211,8	1844

Медицинская сестра