

Утверждаю

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

МЕНЮ
21 марта 2023 г.



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША КУКУРУЗНАЯ	180	3,2	6,7	10	114
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,3	3,6	10,6	88
БАТОН С МАСЛОМ	25	1,7	4,3	10,2	86
Итого		8,2	14,6	30,8	288
II Завтрак					
СОК	103	0,5	0,1	10,4	44
Итого		0,5	0,1	10,4	44
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	22	0,2		0,6	3
ЩИ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	5,7	10,5	13	173
ГУЛЯШ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	175	15,9	18,5	33,1	363
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			12,9	52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	51	3,9	0,3	25,7	122
ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,4	18,7	90
Итого		28,6	29,7	104	803
Полдник					
ВАРЕНЕЦ	178	4,5	3,5	10,3	75,6
Итого					
Ужин					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	38	0,8	3,5	3	47
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ	170	3,4	5,6	21,5	149
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		7,1	30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,8	0,1	5	24
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,7	0,1	4,2	20
Итого		5,8	9,3	40,8	270
Всего		47,6	61	196	1480,6

Медицинская сестра Протасова Елена Валентиновна