

Утверждаю

Руководитель

СП "Дс "Аленушка" ГБОУ ООШ №17

Ильжеева Марина Юрьевна



МЕНЮ

23 марта 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ	180	5,8	7,3	27,4	200
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,5	3,8	11,1	93
БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ	40	4,5	8,1	10,7	135
Итого		13,8	19,2	49,2	428
II Завтрак					
СОК	109	0,5	0,1	10,5	46
Итого		0,5	0,1	10,5	46
Обед					
САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	30	0,7	3	1,7	38
СВЕКОЛЬНИК НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	205	7,2	11,5	17,7	204
ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	185	13,9	16,9	23,7	304
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			13,9	55
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	52	4	0,3	26,2	124
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19	92
Итого		28,8	32,1	102,2	817
Полдник					
СНЕЖОК	187	3,8	3,3	5,58	72,9
Итого					
Ужин					
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	180	21,8	12,5	4,5	220
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,2		6,3	27
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,8	0,1	5	24
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,7	0,1	4,2	20
Итого		23,5	12,7	20	291
Всего		70	67,4	187,5	1655

Медицинская сестра  Протасова Елена Валентиновна