

Утверждаю

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



МЕНЮ
28 марта 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	180	6,5	9,8	26,8	222
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,2	3,4	10,4	87
БАТОН С МАСЛОМ	25	1,7	5	10,3	93
Итого		11,4	18,2	47,5	402
II Завтрак					
СОК	104	0,6	0,1	10,9	47
Итого		0,6	0,1	10,9	47
Обед					
СУП ГОРОХОВЫЙ НА МК БУЛЬОНЕ	180	8,5	11,5	19	214
БИФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ С КАРТОФЕЛЬНЫМ	175	16,2	11,3	26,6	290
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ И ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180			13,2	54
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,2	119
ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,9	0,4	18,4	89
Итого		31,4	23,5	102,4	766
Полдник					
ВАРЕНЕЦ	177	4,5	3,5	10,3	75,6
Итого					
Ужин					
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	105	2,7	4,2	14,9	110
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		5,8	24
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,8	0,1	5	24
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,7	0,1	4,2	20
Итого		9,2	8,9	30,2	239
Всего		52,6	50,7	191	1454

Медицинская сестра Протасова Елена Валентиновна