

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
30 марта 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ЯЧНЕВАЯ	180	5,4	7,7	25	192
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,2	3,4	10,5	86
БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ	40	4,4	7,5	11,4	132
Итого		13	18,6	46,9	410
<b>II Завтрак</b>					
СОК	98	0,5	0,1	10	42
Итого		0,5	0,1	10	42
<b>Обед</b>					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	17	0,1		0,4	2
РАССОЛЬНИК НА М/К СО СМЕТАНОЙ	200	7,1	11,9	18,8	213
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	175	16,7	18,8	31,6	364
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ И ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180			14	56
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,5	0,3	23,1	109
ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,6	85
Итого		30,2	31,4	105,5	829
<b>Полдник</b>					
СНЕЖОК	155	3,8	3,3	5,58	72,9
Итого					
<b>Ужин</b>					
РЫБА ТУШЕНАЯ ПОД ОВОЩАМИ	160	16,4	6,6	11,8	173
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		6,1	25
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,8	0,1	5	24
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,7	0,1	4,2	20
Итого		18	6,8	27,1	242
Всего		65,5	60	195	1596

Медицинская сестра  Протасова Елена Валентиновна