

Утверждаю

СП "Детский сад "Аленушка" ГБОУ ООШ

Ильжева Марина Юрьевна



# МЕНЮ

7 июня 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	1/2	2,6	2,3	0,1	
КУЛЕШ МОЛОЧНЫЙ	150	5,4	7,2	22,5	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,3	3,5	10,6	
БАТОН С МАСЛОМ	30	1,9	4,5	11,7	
Итого		13,2	17,5	44,9	
<b>II Завтрак</b>					
СОК	96			10,2	
Итого				10,2	
<b>Обед</b>					
СУП ХАРЧО НА М/К БУЛЬОНЕ	150	5,5	7,8	16,4	1
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	150	13	15,2	10,3	2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ И ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	150			7,9	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,8	0,2	18,1	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	
Итого		23,9	23,6	69,7	5
<b>Полдник</b>					
КЕФИР	155	4,5	3,9	6,2	
ВАФЛИ	25	0,7	0,8	19,5	
Итого		5,2	4,7	25,7	1
<b>Ужин</b>					
ВАТРУШКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	145	24,3	17,2	22,5	3,4
КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,9	4	10,6	9
Итого		28,2	21,2	33,1	4,4
Всего		70,5	67	183,6	16,3

Медицинская сестра

*Е. Протасова*

Протасова Елена Валентиновна