

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Зам. директора по УВР
Чемизова Л. В.

на 15 мая 2024 г.

МП

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
Завтрак							
1	Вареники ленивые	135	19,1	10,5	27,2	290,30	1,48
2	Соус молочный сладкий	25	0,40	0,90	3,50	26,00	0,12
3	Батон	40	2,9	1,01	15,60	79,10	
4	Чай с молоком	180	1,5	1,7	12,1	65,5	0,56
5	Киви	50	0,33	0,005	4,10	23,60	30,00
Завтрак2							
10-00	Сок фруктовый	100	0,4	0,1	10,1	43,00	2
Обед							
1	Суп гороховый с птицей	200	4,1	8,0	15,2	188,0	5,3
2	Гуляш из говядины	100	14,9	13,9	38,4	342,68	3,60
3	Макаронные изделия отварные	120	4,2	5,4	22,3	180,66	
4	Компот из груши	180	0,13	0,13	14,5	62,2	1,40
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
6	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
Полдник							
1	Печенье	45	2,1	4,2	46,2	165,80	1,3
2	Кефир	180	5,3	5,1	8,6	109,5	1,56
Ужин							
1	Салат из помидоров с зел. луком с растительным маслом	60	0,5	5,3	2,7	53,5	13,0
2	Запеканка картофельная с мясом отварным	160	10,4	16,6	24,3	298,50	6,40
3	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
5	Чай с сахаром	180	1,2	1,5	12,0	64,0	1,30
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 3, НЕДЕЛЯ 4 СЕЗОН ОСНОВНОЙ (с 01.03 по 01.09), возрастная категория 3-7 лет			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
			70,18	73,9	277,5	2243,8	57,9

Шеф/повар

Яценко А.Ю.

Старшая медсестра

Алексеева Е.Е.