


Утверждаю
МБОУ Рождественская СОШ
О.А. Кириллова
2022 год

Меню приготавливаемых блюд
«20» января 2021 год

Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 4							
завтрак	Суп молочный вермешелевый	200	5,7	4,9	21,7	233,8	№112
	Бутерброд вареная сгущенка	50	11,63	24,74	26,76	143,86	
	Чай с сахаром	180	0,15	0,08	11,25	125,37	№430
итого за завтрак			17,48	29,72	59,71	503,03	
второй завтрак	Снежинка питьевая	100	2,5	1,2	18,1	97	
итого за второй завтрак			2,5	1,2	18,1	97	
обед	Суп рыбный из консервов	250	4,07	1,04	6,66	150,85	№18
	Картофель тушеный	180	2,04	3,29	13,31	294,06	№9
	Соленый огурец	65	0,8	0,1	3,4	21	№10
	Компот с\ф	180	0,6	0,1	31,7	151	№402
	Хлеб	50	2,3	0,3	14,8	83,5	
итого за обед			9,81	4,83	69,87	700,41	
полдник	Булочка	100	10,48	10,9	33,11	229,84	
	Чай с сахаром	180	0,15	0,08	11,25	125,37	№430

Итого за полдник			10,63	10,98	44,36	455,21	
Итого за день			40,42	46,73	192,04	1855,65	

Составила:  Куприянова О.А.