


Утверждаю
МБОУ Рождественская СОШ
О.А. Кириллова
2022 год

Меню приготавливаемых блюд
«27» января 2022 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 1 День 4							
завтрак	Каша молочная кукурузная	200	3,49	5,21	12,5	277,98	№21
	Бутерброд повидло	50	11,63	24,74	26,76	143,86	
	Какао на молоке	180	2,9	2,5	24,8	149	№433
итого за завтрак			18,02	32,45	64,06	570,84	
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 гороховый	250	6,66	4,68	19,34	219,8	№99
	Плов	180	2,17	3,12	5,36	311,64	№449
	Салат свекла с сахаром	65	0,96	6,06	4,44	82,2	№35
	Кисель	180	0,1	0,1	27,9	131	№411
	Хлеб	50	2,3	0,3	14,8	83,5	
итого за обед			12,19	14,26	71,84	828,14	
Полдник	Блины со сгущенным молоком	100	5,6	3,01	43,02	222,54	№477
	Чай с сахаром	180	6,1	5,3	10,1	117,83	№430

Итого за полдник			11,7	8,31	53,12	340,37	
Итого за день			44,41	56,22	207,12	1836,35	

Составила:  Куприянова О.А.