


Утверждаю
МБОУ Рождественская СОШ
О.А. Кириллова
« » 2022 год

Меню приготавливаемых блюд
«14» марта 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 2 День 1							
завтрак	Каша «Дружба»	200	3,16	5,09	13,17	167,6	№25
	Бутерброд с вареной сгущенкой	50	11,63	24,74	26,76	143,86	
	Кофейный напиток	180	1,5	1,3	22,4	149	№432
итого за завтрак			16,29	31,13	62,33	460,46	
второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,75	0,15	14,85	48	№442
итого за второй завтрак			0,75	0,15	14,85	48	
	Суп щи со сметаной	250	0,84	0,67	3,69	174,52	№83
	Картофельное пюре	180	3,1	5,4	20,3	282	№335
	Тефтели в молочном соусе	75	9,3	16,5	12,6	328,4	№283
	Соленый огурец	65	0,8	0,1	3,4	21	№10
	Кисель	180	0,1	0,1	27,9	131	№411
	Хлеб	50	2,3	0,3	14,8	83,5	
итого за обед			16,44	23,07	82,69	1020,42	
полдник	Творожная запеканка со сгущенным молоком	85	11,14	7,29	14,86	169,53	

	Чай с сахаром	180	6,1	5,3	10,1	117,83	№430
	Хлеб	50	2,3	0,3	14,8	83,5	
Итого за полдник			19,54	12,89	39,76	370,86	
Итого за день			53,02	67,24	199,63	1899,74	

Составила:  Куприянова О.А.