

Утверждаю:

Руководитель подразделения ДО №5  
МОБУ «СОШ «Янинский ЦО»

Сергеева Н.В.



## Меню на 13 ноября 2024 г. 3-7 лет

	Пищевые вещества			Ккал.	Наименование блюда	Выход блюда
	Белки	Жиры	Углеводы			
<b>Завтрак 1</b>						
	5,2	8,4	28,6	211	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	205
	3,9	3,15	9,7	83	Бутерброд с сыром	20/10
	2,85	2,41	14,36	90,5	Кофейный напиток с молоком	180
Итого:	<b>11,95</b>	<b>13,96</b>	<b>52,66</b>	<b>384,50</b>		<b>415</b>
<b>Завтрак 2</b>						
	0,8	0,18	7,3	38,7	Апельсин	90
Итого:	<b>0,80</b>	<b>0,18</b>	<b>7,30</b>	<b>38,70</b>		<b>90</b>
<b>Обед:</b>						
	0,75	5	4,5	66	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	50
	4,75	3,74	15,2	115,48	Суп картофельный с горохом	200
	2,2	0,2	15,8	74	Гренки пшеничные	20
	22,50	21,50	17,90	354,7	Жаркое по-домашнему из птицы	200
	0,54	0,09	28,6	118	Компот из сухофруктов	180
	2,72	0,32	17	90	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами	40
	<b>33,46</b>	<b>30,85</b>	<b>99,00</b>	<b>818,18</b>		<b>690</b>
<b>Полдник:</b>						
	13,6	8,6	6,3	163	Печень по-строгановски	50/50
	7,4	2,4	5,2	71,9	Рис отварной	130
	0,05	0,1	10,1	41,6	Чай с сахаром и лимоном	200/5
	2,25	1,54	22,47	113	Вафли	30
	1,98	0,23	12,08	59	Батон нарезной из пшеничной муки в/с	25
Итого:	<b>25,28</b>	<b>12,87</b>	<b>56,15</b>	<b>448,50</b>		<b>490</b>
<b>Итого:</b>	<b>71,49</b>	<b>57,86</b>	<b>215,11</b>	<b>1689,88</b>		<b>1685</b>

Приятного аппетита!

Повар  Е.Л. Морозова

Кладовщик  В.В. Кильби

Утверждаю:

Руководитель подразделения ДО №5  
МОБУ «СОШ «Янинский ЦО»

Сергеева Н.В.



## Меню на 13 ноября 2024 г. 2-3 года

	Пищевые вещества			Ккал.	Наименование блюда	Выход блюда
	Белки	Жиры	Углеводы			
<b>Завтрак 1</b>						
	3,9	6,3	21,5	159	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	155
	3,9	3,15	9,7	83	Бутерброд с сыром	20/10
	2,85	2,41	14,36	90,5	Кофейный напиток с молоком	180
Итого:	<b>10,65</b>	<b>11,86</b>	<b>45,56</b>	<b>332,50</b>		<b>365</b>
<b>Завтрак 2</b>						
	0,8	0,18	7,3	38,7	Апельсин	90
Итого:	<b>0,80</b>	<b>0,18</b>	<b>7,30</b>	<b>38,70</b>		<b>90</b>
<b>Обед:</b>						
	0,75	5	4,5	66	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	50
	4,75	3,74	15,2	115,48	Суп картофельный с горохом	200
	2,2	0,2	15,8	74	Гренки пшеничные	20
	22,50	21,50	17,90	354,7	Жаркое по-домашнему из птицы	200
	0,54	0,09	28,6	118	Компот из сухофруктов	180
	2,72	0,32	17	90	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами	40
	<b>33,46</b>	<b>30,85</b>	<b>99,00</b>	<b>818,18</b>		<b>690</b>
<b>Полдник:</b>						
	13,6	8,6	6,3	163	Печень по-строгановски	50/50
	7,4	2,4	5,2	71,9	Рис отварной	130
	0,05	0,1	10,1	41,6	Чай с сахаром и лимоном	200/5
	2,25	1,54	22,47	113	Вафли	30
	1,98	0,23	12,08	59	Батон нарезной из пшеничной муки в/с	25
Итого:	<b>25,28</b>	<b>12,87</b>	<b>56,15</b>	<b>448,50</b>		<b>490</b>
<b>Итого:</b>	<b>70,19</b>	<b>55,76</b>	<b>208,01</b>	<b>1637,88</b>		<b>1635</b>

Приятного аппетита!

Повар  Е.Л. Морозова

Кладовщик  В.В. Кильби