

Утверждаю:

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

Сергеева Н.В.



Меню на 28 октября 2024 г.

3-7 лет

	Пищевые вещества			Ккал.	Наименование блюда	Выход блюда
	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак 1						
	6,41	10,3	27,7	228	Каша "Дружба" молочная жидкая с маслом сливочным	205
	3,9	3,15	9,7	83	Бутерброд с сыром	20/10
	0,05	0,1	10,1	41,6	Чай с сахаром и лимоном	200/5
Итого:	10,36	13,55	47,50	352,60		440
Завтрак 2						
	0,5	0,1	9,9	43	Сок фруктовый	100
Итого:	0,5	0,1	9,9	43		100
Обед:						
	1,45	3,1	3,2	46	Салат из зеленого горошка с луком	50
	2,29	4,19	13,62	101,7	Рассольник ленинградский со сметаной	205
	11	9,8	9,2	180	Котлета рубленая из птицы	70
	3,13	4	32,9	179	Каша гречневая рассыпчатая	130
	0,18	0	23,13	94,5	Напиток апельсиновый	180
	2,72	0,32	17	90	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами	40
Итого:	20,77	21,41	99,05	691,20		675
	19,1	15,2	13,5	267	Сырники творожные со сгущенным молоком	100/20
	6,1	5,2	10,09	113	Молоко кипяченое	200
	2,25	2,94	22,32	125	Печенье	30
Итого:	27,45	23,34	45,91	505,00		350
Итого:	59,08	58,40	202,36	1591,80		1565

Приятного аппетита!

Повар  Е.Л. Морозова

Кладовщик  В.В. Кильби

