

Утверждаю:

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

Сергеева Н.В.



Меню на 31 октября 2024 г. 3-7 лет

	Пищевые вещества			Ккал.	Наименование блюда	Выход блюда
	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак 1						
	6,8	10	25,1	217	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" со сливочным маслом	205
	2,11	0,98	12,26	66,3	Бутерброд с маслом	25/5
	0,05	0,1	10,1	41,6	Чай с сахаром и лимоном	200/5
Итого:	8,96	11,08	47,46	324,90		440
Завтрак 2						
	0,5	0,1	9,9	43	Сок фруктовый	100
Итого:	0,50	0,10	9,90	43,00		100
Обед:						
	0,8	3,8	3,4	53,3	Икра морковная	50
	2,48	4,48	6,4	82	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	205
	18,6	20,9	33,2	389	Плов из филе птицы	180
	0,54	0,09	28,6	118	Компот из сухофруктов	180
	2,72	0,32	17	90	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами	40
Итого:	25,14	29,59	88,60	732,30		655
Полдник:						
	8,73	7,25	34,7	246	Макароны запеченные с сыром	150
	1,7	1,5	22,5	108,6	Кондитер. изделия	30
	0,1	0	10	40	Чай с сахаром	200
	1,98	0,23	12,08	59	Батон нарезной	25
Итого:	12,51	8,98	79,28	453,60		405
Итого:	47,11	49,75	225,24	1553,80		1600

Приятного аппетита!

Повар  Е.Л. Морозова

Кладовщик  В.В. Кильби

Утверждаю:

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

Сергеева Н.В.



Меню на 31 октября 2024 г. 2-3 года

	Пищевые вещества			Ккал.	Наименование блюда	Выход блюда
	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак 1						
	5,1	7,5	18,9	163	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" со сливочным маслом	155
	2,11	0,98	12,26	66,3	Бутерброд с маслом	25/5
	0,05	0,1	10,1	41,6	Чай с сахаром и лимоном	200/5
Итого:	7,26	8,58	41,26	270,90		390
Завтрак 2						
	0,5	0,1	9,9	43	Сок фруктовый	100
Итого:	0,50	0,10	9,90	43,00		100
Обед:						
	0,8	3,8	3,4	53,3	Икра морковная	50
	2,48	4,48	6,4	82	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	205
	18,6	20,9	33,2	389	Плов из филе птицы	180
	0,54	0,09	28,6	118	Компот из сухофруктов	180
	2,72	0,32	17	90	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами	40
Итого:	25,14	29,59	88,60	732,30		655
Полдник:						
	8,73	7,25	34,7	246	Макароны запеченные с сыром	150
	1,7	1,5	22,5	108,6	Кондитер. изделия	30
	0,1	0	10	40	Чай с сахаром	200
	1,98	0,23	12,08	59	Батон нарезной	25
Итого:	12,51	8,98	79,28	453,60		405
Итого:	45,41	47,25	219,04	1499,80		1550

Приятного аппетита!

Повар  Е.Л. Морозова

Кладовщик  В.В. Кильби