

Утверждаю:

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

Сергеева Н.В.



Меню на 20 января 2024 г.

3-7 лет

	Пищевые вещества			Ккал.	Наименование блюда	Выход блюда
	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак 1						
	7,23	8,26	32	230	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	205
	2,11	0,98	12,26	66,3	Бутерброд с маслом	25/5
	3,67	3,19	15,82	107	Какао с молоком	180
Итого:	13,01	12,43	60,08	403,30		415
Завтрак 2						
	0,5	0,1	9,9	43	Сок фруктовый	100
Итого:	0,50	0,10	9,90	43,00		100
Обед:						
	0,75	5	4,5	66	Салат из свеклы с раст. маслом	50
	3,12	2,24	16	96,8	Суп картофельный с вермишелью	200
	11	9,8	9,2	180	Котлета рубленая из птицы	70
	3,13	4	32,9	179	Каша гречневая рассыпчатая	130
	0,54	0,09	28,6	118	Компот из сухофруктов	180
	2,72	0,32	17	90	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами	40
	21,26	21,45	108,20	729,80		670
Полдник:						
	19,1	15,2	13,5	267	Сырники творожные со сгущенным молоком	100/20
	0,05	0,1	10,1	41,6	Чай с сахаром и лимоном	200/5
	2,25	2,94	22,32	125	Печенье	30
Итого:	21,40	18,24	45,92	433,60		355
Итого:	56,17	52,22	224,10	1609,70		1540

Приятного аппетита!

Повар  Е.Л. Морозова

Кладовщик  В.В. Кильби

Утверждаю:

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

Сергеева Н.В.



Меню на 20 января 2024 г. 2-3 года

	Пищевые вещества			Ккал.	Наименование блюда	Выход блюда
	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак 1						
	5,6	6,4	24,8	179	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	155
	2,11	0,98	12,26	66,3	Бутерброд с маслом	25/5
	3,67	3,19	15,82	107	Какао с молоком	180
Итого:	11,38	10,57	52,88	352,30		365
Завтрак 2						
	0,5	0,1	9,9	43	Сок фруктовый	100
Итого:	0,50	0,10	9,90	43,00		100
Обед:						
	0,75	5	4,5	66	Салат из свеклы с раст. маслом	50
	3,12	2,24	16	96,8	Суп картофельный с вермишелью	200
	11	9,8	9,2	180	Котлета рубленая из птицы	70
	3,13	4	32,9	179	Каша гречневая рассыпчатая	130
	0,54	0,09	28,6	118	Компот из сухофруктов	180
	2,72	0,32	17	90	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами	40
	21,26	21,45	108,20	729,80		670
Полдник:						
	19,1	15,2	13,5	267	Сырники творожные со сгущенным молоком	100/20
	0,05	0,1	10,1	41,6	Чай с сахаром и лимоном	200/5
	2,25	2,94	22,32	125	Печенье	30
Итого:	21,40	18,24	45,92	433,60		355
Итого:	54,54	50,36	216,90	1558,70		1490

Приятного аппетита!

Повар  Е.Л. Морозова

Кладовщик  В.В. Кильби