

Утверждаю:

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

Сергеева Н.В.



Меню на 22 января 2024 г. 3-7 лет

	Пищевые вещества			Ккал.	Наименование блюда	Выход блюда
	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак 1						
	7,4	7,9	30	221	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	205
	1,74	0,24	23,2	97,2	Бутерброд с повидлом	40
	0,05	0,1	10,1	41,6	Чай с сахаром и лимоном	200/5
Итого:	9,19	8,24	63,30	359,80		450
Завтрак 2						
	0,5	0,1	9,9	43	Сок фруктовый	100
Итого:	0,5	0,1	9,9	43		100
Обед:						
	2,1	4,05	6,06	65	Икра свекольная	50
	2,29	4,19	13,62	101,7	Рассольник ленинградский со сметаной	205
	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
	30,15	30,15	83,18	729,40		675
Полдник:						
	16,7	15,8	52,3	418,32	Запеканка из творога с морковью и сгущенным молоком	130/30
	0,1	0	10	40	Чай с сахаром	200
	1,98	0,23	12,08	59	Батон нарезной из пшеничной муки в/с	25
Итого:	18,78	16,03	74,38	517,32		415
Итого:	58,62	54,52	230,76	1649,52		1640

Приятного аппетита!

Повар  Е.Л. Морозова

Кладовщик  В.В. Кильби

Утверждаю:

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

Сергеева Н.В.



Меню на 22 января 2024 г. 2-3 года

	Пищевые вещества			Ккал.	Наименование блюда	Выход блюда
	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак 1						
	6,7	7,1	26,9	199	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	155
	1,74	0,24	23,2	97,2	Бутерброд с повидлом	40
	0,05	0,1	10,1	41,6	Чай с сахаром и лимоном	200/5
Итого:	2,83	2.48	20,06	337,8		400
Завтрак 2						
	0,5	0,1	9,9	43	Сок фруктовый	100
Итого:	0,5	0,1	9,9	43		100
Обед:						
	2,1	4,05	6,06	65	Икра свекольная	50
	2,29	4,19	13,62	101,7	Рассольник ленинградский со сметаной	205
	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
	30,15	30,15	83,18	729,40		675
Полдник:						
	16,7	15,8	52,3	418,32	Запеканка из творога с морковью и сгущенным молоком	130/30
	0,1	0	10	40	Чай с сахаром	200
	1,98	0,23	12,08	59	Батон нарезной из пшеничной муки в/с	25
Итого:	18,78	16,03	74,38	517,32		415
Итого:	57,92	53,72	227,66	1627,52		1590

Приятного аппетита!

Повар  Е.Л. Морозова

Кладовщик  В.В. Кильби