

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Основная общеобразовательная школа с. Сиреники»
689273 ЧАО, Провиденский район, села Сиреники, ул. Мандрикова, 29, тел. (факс)2-52-37
E-mail: sireniki_school@mail.ru

Утверждаю
Директор МБОУ «ООШ с.Сиреники»
/ Я.Ю. Щуцкая. /
« 29 » марта 2024 г.

Циклическое меню для воспитанников детского сада(1,6 -3 года)

неделя первая

1 день

02.04.2024

Завтрак							
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Выход в граммах	Химический состав (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
6/4	ячневая молочная каша	150	6,9	6,9	33,4	223,5	
1/2	бутерброд с маслом	40/5	3,13	4,33	20,15	108,43	
8/1	чай с сахаром	150	0,93	0,06	1,95	33,86	
	итого	345	10,96	11,29	55,5	365,79	
второй завтрак							
8/4	сок	100	0,84		16,87	71,25	3,34
13/1	кондитерское изделие	40	0,4		16,3	62	
	Итого	140	1,24		33,17	133,25	3,34
Обед							
4/1	салат из соленых огурцов	50	0,66	3,9	3,87	46,05	
2/4	суп гороховый	180	3,47	5,74	12,6	109,38	3,19
	бефстроганов из отварного мяса	60	7,38	7,9	3,29	180	
6/15	каша гречневая рассыпчатая	120					
1	Хлеб пшеничный	30	2,32	0,15	15,1	81,03	
8/8	компот из с/ф	160	0,16		16,43	64,7	0,3
	Итого	600	13,99	17,69	51,29	481,16	3,49
полдник							
17/4	булочка	70	6,41	6,25	39,81	240,43	2,1
8/1	чай с сахаром	150	0,93	0,06	1,95	33,86	
	итого	220	7,34	6,31	41,76	274,29	2,1
	ИТОГО за день	1305	33,53	35,29	181,72	1254,49	8,93