

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. /
«01» апреля 2024 г.

Цикличное меню для воспитанников детского сада (4 -7 лет)

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		
Завтрак							
6/4	ячневая молочная каша	200	7,29	39,6	26,83	230,38	
1/2	бутерброд с маслом	40/5	3,13	4,33	20,15	108,43	
8/1	чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,51	42,1	
	итого	345	10,49	43,95	57,49	380,91	
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	200	3,7	6,12	13,44	116,67	3,4
5/1	бефстроганов из отварного мяса	80	10,8	6	4,47	248	
6/15	каша гречневая рассыпчатая	160	4,6	5,2	22,6	156,38	
1	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7	
8/8	компот из с/ф	200	0	0	26,74	103,2	0,06
	Итого	730	22,86	21,42	91,22	765	3,46
Полдник							
17/4	булочка	90	7,74	7,5	56,88	336,33	4,4
8/1	чай с сахаром	200	0,07	0,02	42,1	42,1	0,03
	итого	290	7,81	7,52	98,98	378,43	4,43
	ИТОГО за день	1505	42,4	72,89	280,86	1657,59	11,23