

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. /
«02» апреля 2024 г.

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

неделя первая

2 день

03.04.2024

№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Выход в граммах	Химический состав (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
6/3	манная молочная каша	200	7,45	39,73	0,28	202,9	0,5
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	335	10,65	44,08	30,94	353,43	
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							
4/4	салат из зеленого горошка	50	1,55	0,1	3,23	20,02	4,75
2/2	борщ	200	3,9	4,8	5,36	106,92	9,97
6/15	плов с мясом	240	20,62	22,4	33,7	410,53	1,38
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	29,17	27,5	89,13	735,37	16,16
Полдник							
3/3	макаронник с кабачковой икрой	180	10,11	7,71	45,63	294,34	
8/1	чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,51	42,1	
	итого	380	10,18	7,73	56,14	336,44	0
	ИТОГО за день	1585	51,24	79,31	209,38	1558,49	19,5