

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. /
 «03» апреля 2024 г.



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

неделя первая

3 день

04.04.2024

№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Выход в граммах	Химический состав (г)			Энергетическая ценность (ккал)	витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
6/5	рисовая молочная каша	200	4,82	5,08	16,84	132,4	0,92
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	8,02	9,43	47,5	282,93	
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							
4/5	икра кабачковая	50	0,95	4,45	3,85	59,5	3,5
2/6	суп вермишелевый на мясном бульоне	200	6,16	5,28	18,88	330,39	5,28
6/15	каша гречневая рассыпчатая	160	4,6	5,2	22,6	156,38	
5/7	гуляш	80	34,92	24,56	39,52	368,66	0,05
1	Хлеб пшеничный	40	1,44	0,36	12,48	59,4	
8/8	компот из свежих плодов	150	0,12	0,012	18,1	73,5	
	Итого	680	48,19	39,862	115,43	1047,83	8,83
Полдник							
11/1	омлет	200	12,94	12,6	3,06	177,52	0,41
8/1	чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,51	42,1	
	итого	400	13,01	12,62	13,57	219,62	0,41
	ИТОГО за день	1555	70,46	61,912	209,67	1683,63	12,58