

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. /
« 22 » апреля 2024 г.

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

неделя четвертая

14 день

23.04.2024

Завтрак							
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Выход в граммах	Химический состав (г)			Энергетическая ценность (ккал)	витамин С
			Б	Ж	У		
6/2	гречневая молочная каша	200	7,42	9,36	25,74	216,02	
1/2	бутерброд с маслом	45	3,13	4,33	20,15	108,43	
8/1	чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,51	42,1	
	итого	445	10,62	13,71	56,4	366,55	0
	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
2/5	суп рыбный	200	4,84	2,84	9,76	159,57	8,96
3/2	макароны отварные с маслом	160	40,98	5,86	221,46	80,2	
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 с/ф	200	0	0	26,74	103,2	0,06
	Итого	730	83,73	33,72	313,19	791,05	13,82
	Полдник						
17/5	пирог с повидло	90	18,29	13,33	43,61	368,57	0,11
8/1	чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,51	42,1	
	Итого	290	18,36	13,35	54,12	410,67	0,11
	ИТОГО за день	1605	113,95	60,78	456,88	1701,52	17,27