

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.

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

неделя четвертая

15 день

24.04.2024

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	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	
2/8	рассольник	200	4,02	9,04	25,89	119,68	12,86
9/1	котлета рыбная	80	21,7	6,23	5,17	165,27	0,02
6/1	рис отварной	160	3,93	6,52	36,05	218,21	
1	Хлеб пшеничный	40	1,44	0,36	12,48	59,4	
8/8	компот из свежих плодов	200	14,97	0	0	59,85	
	итого	730	46,72	26,05	83,46	668,46	12,88
	Полдник						
17/1	пирожок с картошкой	95	5,88	3,05	52,55	261,25	0,06
8/1	чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,51	42,1	
	Итого	295	5,95	3,07	63,06	303,35	0,06
	ИТОГО за день	1510	64,4	73,07	237,18	1485,97	16,28