

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. /
 « 30 » апреля 2024 г.



Циклическое меню для воспитанников детского сада (1,6 – 3 года)

неделя первая

1 день

02.05.2024

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	150	6,9	6,9	33,4	223,5	
1/2	бутерброд с маслом	40/5	3,13	4,33	20,15	108,43	
8/1	чай с сахаром	150	0,93	0,06	1,95	33,86	
	итого	345	10,96	11,29	55,5	365,79	
	второй завтрак						
8/4	сок	200	0,84		16,87	71,25	3,34
13/1	печенье	40	0,4		16,3	62	
	Итого	240	1,24		33,17	133,25	3,34
	Обед						
4/1	салат из соленых огурцов	50	0,66	3,9	3,87	46,05	
6/15	каша гречневая рассыпчатая	120	4,18	3,85	60,01	200,9	
5/7	гуляш	60	12,85	10,34	3,3	157,49	0,05
2/6	суп вермишелевый на мясном бульоне	180	4,77	4,75	16,6	230,39	4,75
1	Хлеб пшеничный	30	2,32	0,15	15,1	81,03	
8/8	компот из с/ф	200	0,16		16,43	64,7	0,3
	Итого	640	24,94	22,99	115,31	780,56	5,1
	полдник						
	апельсин	100	0,9	0,2	8,1	40	
17/4	булочка	70	6,41	6,25	39,81	240,43	2,1
8/1	чай с сахаром	200	0,93	0,06	1,95	33,86	
	итого	270	7,34	6,31	41,76	274,29	2,1
	ИТОГО за день	1495	44,48	40,59	245,74	1553,89	10,54