

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

2 день

03.05.2024

Завтрак							
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Выход в граммах	Химический состав (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
6/3	манная молочная каша	150	5,64	8,8	24,4	158,7	
1/1	бутерброд с маслом	30/5	3,13	4,33	20,15	108,43	
8/1	чай с сахаром	200	0,93	0,06	1,95	33,86	
	итого	335	9,7	13,19	46,5	300,99	
	второй завтрак						
8/4	сок	200	0,84		16,87	71,25	3,34
13/1	вафли	40	0,4		16,3	62	
	Итого	240	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	180	2,32	3,6	4,06	80,19	7,48
3/2	макаронные отварные с маслом	120	2,6	4,43	9	67,3	
5/7	гуляш	60	12,85	10,34	3,3	157,49	0,05
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	21,8	18,62	51,12	470,73	12,58
	полдник						
	мандарин	100	0,8	0,3	8,1	40	
4/11	картофель отварной	120	2,34	2,49	13,16	84,45	0,06
8/1	чай с сахаром	200	0,93	0,06	1,95	33,86	0,003
	итого	420	4,07	2,85	23,21	158,31	0,063
	ИТОГО за день	1635	36,81	34,66	154	1063,28	15,983