

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. /
« 20 » сентября 2024 г.



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

неделя четвертая

15 день

23.09.2024

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	150	3,1	2,6	13	39,1	
1/2	бутерброд с сыром и с маслом	55	12,54	15,35	23,71	280,5	
8/1	чай с сахаром	200	0,93	0,06	1,95	33,86	
	итого	405	16,57	18,01	38,66	353,46	0
	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						
4/4	салат из зеленого горошка	50	1,55	0,1	3,23	20,02	4,75
2/4	суп гороховый	180	3,7	6,12	13,44	116,67	3,4
3/2	макароны 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	40	1,44	0,36	12,48	59,4	
8/8	компот из с/ф	200	0,16		16,43	64,7	0,3
	Итого	650	22,3	21,35	57,88	485,58	8,5
	Полдник						
17/5	пирог с повидло	70	14,23	10,37	33,92	286,67	0,06
	яблоко	150	1	1	15	71	
8/1	чай с сахаром	200	0,35	0,002	8,41	33,68	0,05
	Итого	270	15,58	11,372	57,33	391,35	0,11
	ИТОГО за день	1565	55,69	50,732	187,04	1363,64	11,95