

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. /
« 29 » сентября 2024 г.



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

неделя пятая

20 день

30.09.2024

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	200	0,07	0,02	10,51	42,1	
	итого	345	10,1	11,25	64,06	374,03	
	второй завтрак						
8/4	сок	200	0,4	0,4	0,4	23,2	96
13/1	кондитерское изделие	40	0,4		16,3	62	
	Итого	240	0,8		16,7	85,2	3,34
	Обед						
4/1	салат из соленых огурцов	50	0,66	3,9	3,87	46,05	
2/4	суп гороховый	180	3,47	5,74	12,6	109,38	3,19
5/12	оладьи из печени	60	10,07	7	6,77	130,77	
6/15	каша гречневая рассыпчатая	120	3,48	3,94	16,95	117,29	
1	Хлеб пшеничный	30	2,32	0,15	15,1	81,03	
8/8	компот из с/ф	200	0	0	26,74	103,2	0,06
	Итого	640	20	20,73	82,03	587,72	3,25
	полдник						
17/5	пирог с повидло	70	14,23	10,37	33,92	286,67	0,06
8/1	чай с сахаром	200	0,07	0,02	42,1	42,1	0,03
	итого	270	14,3	10,39	76,02	328,77	0,09
	ИТОГО за день	1495	45,2	42,37	238,81	1375,72	6,68