

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](mailto:sireniki_school@mail.ru)

Утверждаю  
Директор МБОУ «ООШ с.Сиреники»  
 / Я.Ю. Щуцкая. /  
« 26 » сентября 2024 г.



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

неделя четвертая

19 день

27.09.2024

| Завтрак |                                    |                 |                       |              |               |                                |           |
|---------|------------------------------------|-----------------|-----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-----------|
| № рец.  | Наименование дней недели, блюд     | Выход в граммах | Химический состав (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | витамин С |
|         |                                    |                 | Б                     | Ж            | У             |                                |           |
| 6/5     | рисовая молочная каша              | 150             | 1,17                  | 3,13         | 36,3          | 146                            |           |
| 1/3     | бутерброд с маслом и сыром         | 40              | 4,51                  | 6,79         | 15,15         | 133,83                         | 0,08      |
| 8/1     | чай с сахаром                      | 200             | 0,07                  | 0,02         | 10,51         | 42,1                           |           |
|         | <b>итого</b>                       | <b>335</b>      | <b>5,75</b>           | <b>9,94</b>  | <b>61,96</b>  | <b>321,93</b>                  |           |
|         |                                    |                 |                       |              |               |                                |           |
|         | <b>второй завтрак</b>              |                 |                       |              |               |                                |           |
| 10/1    | фрукт свежий                       | 95              | 0,44                  |              | 9,8           | 44                             | <b>10</b> |
|         | <b>Итого</b>                       | <b>95</b>       | <b>0,44</b>           | <b>0</b>     | <b>9,8</b>    | <b>44</b>                      | <b>10</b> |
|         |                                    |                 |                       |              |               |                                |           |
|         | <b>Обед</b>                        |                 |                       |              |               |                                |           |
| 4/12    | салат из томатов и соленых огурцов | 40              | 0,65                  | 2,5          | 2,8           | 35,96                          |           |
| 2/1     | щи                                 | 180             | 5,99                  | 14,28        | 4,06          | 357,12                         | 22,01     |
| 5/2     | картофельная запеканка с мясом     | 180             | 20,17                 | 14,09        | 33,42         | 340,98                         |           |
| 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                          |           |
|         | <b>Итого</b>                       | <b>640</b>      | <b>43,22</b>          | <b>31,23</b> | <b>52,76</b>  | <b>853,31</b>                  | 22,01     |
|         |                                    |                 |                       |              |               |                                |           |
|         | <b>Полдник</b>                     |                 |                       |              |               |                                |           |
| 17/2    | пирожки с яблоками                 | 95              | 6,92                  | 6,97         | 48,48         | 285,55                         |           |
| 8/1     | чай с сахаром                      | 200             | 0,07                  | 0,02         | 10,51         | 42,1                           |           |
|         | <b>Итого</b>                       | <b>295</b>      | <b>6,99</b>           | <b>6,99</b>  | <b>58,99</b>  | <b>327,65</b>                  |           |
|         |                                    |                 |                       |              |               |                                |           |
|         | <b>ИТОГО за день</b>               | <b>1365</b>     | <b>56,4</b>           | <b>48,16</b> | <b>183,51</b> | <b>1546,89</b>                 | 32,01     |