

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. /
« 23 » сентября 2024 г.



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

неделя четвертая

16 день

24.09.2024

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	0,93	0,06	1,95	33,86	
	итого	345	10,96	11,29	55,5	365,79	
	второй завтрак						
	снежок	200	5,4	5	20,16	158	3,34
13/1	печенье	40	0,4		16,3	62	
	Итого	240	5,8		36,46	220	3,34
	Обед						
4/1	салат из соленых огурцов	50	0,66	3,9	3,87	46,05	
2/8	рассольник	180	1,43	3,68	12,18	87,66	5,4
5/7	гуляш	60	12,85	10,34	3,3	157,49	0,05
6/1	рис отварной	120	2,95	4,89	27,04	163,66	
1	Хлеб пшеничный	40	1,44	0,36	12,48	59,4	
8/8	компот из свежих плодов	200	0,12	0,012	18,1	73,5	
	итого	650	19,45	23,182	76,97	587,76	5,45
	Полдник						
17/1	пирожок с картошкой	120	5,3	3,2	12	105	0,06
8/1	чай с сахаром	200	0,35	0,002	8,41	33,68	0,05
	Итого	320	5,65	3,202	20,41	138,68	0,11
	ИТОГО за день	1555	41,86	37,674	189,34	1312,23	8,9