

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. /
«05» сентября 2024 г.



Циклическое меню для воспитанников детского сада (4 – 7 лет)

неделя первая

5 день

06.09.2024

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	200	7,42	9,36	25,74	216,02	
1/2	бутерброд с сыром и с маслом	60	16,54	17,65	43,91	410,5	
8/1	чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,51	42,1	
	итого	460	24,03	27,03	80,16	668,62	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	200	3,7	6,12	13,44	116,67	3,4
3/2	макароны отварные с маслом	160	40,98	5,86	221,46	80,2	
5/7	гуляш	80	34,92	24,56	39,52	368,66	0,05
1	Хлеб пшеничный	40	1,44	0,36	12,48	59,4	
8/8	компот из с/ф	200	0	0	26,74	103,2	0,06
	Итого	730	82,59	37	316,87	748,15	8,26
	Полдник						
17/5	пирог с повидло	90	18,29	13,33	43,61	368,57	0,11
	яблоко	150	1	1	15	71	
8/1	чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,51	42,1	
	Итого	290	19,36	14,35	69,12	481,67	0,11
	ИТОГО за день	1720	127,22	78,38	499,32	2031,69	11,71