

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. /
«02» сентября 2024 г.



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

неделя первая

2 день

03.09.2024

Завтрак							
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Выход в граммах	Химический состав (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
6/3	манная молочная каша	200	7,45	39,73	0,28	202,9	0,5
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	335	10,65	44,08	30,94	353,43	
	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
2/2	борщ	200	3,9	4,8	5,36	106,92	9,97
3/2	макароны отварные с маслом	160	2,6	4,43	9	67,3	
5/7	гуляш	80	12,85	10,34	3,3	157,49	0,05
1	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7	
8/8	компот из с/ф	200	0	0	26,74	103,2	0,06
	Итого	730	24	19,87	67,73	549,63	14,83
	полдник						
	яблоко	150	1	1	15	71	
4/11	картофель отварной	120	2,34	2,49	13,16	84,45	0,06
8/1	чай с сахаром	200	0,93	0,06	1,95	33,86	0,003
	итого	320	3,27	2,55	15,11	118,31	0,063
	ИТОГО за день	1625	39,16	66,5	146,95	1154,62	18,233