

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. /
 «01» сентября 2024 г.

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

неделя первая

1 день

02.09.2024

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	200	7,29	39,6	26,83	230,38	
1/2	бутерброд с сыром и с маслом	50/10	16,54	17,65	43,91	410,5	
8/1	чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,51	42,1	
	итого	345	23,9	57,27	81,25	682,98	
	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						
4/1	салат из соленых огурцов	50	0,66	3,9	3,87	46,05	
2/4	суп гороховый	200	3,7	6,12	13,44	116,67	3,4
6/15	каша гречневая рассыпчатая	160	4,18	3,85	60,01	200,9	
5/7	гуляш	80	12,85	10,34	3,3	157,49	0,05
2/6	суп вермишелевый на мясном бульоне	200	6,16	5,28	18,88	330,39	5,28
	яблоко	150	1	1	15	71	
8/8	компот из с/ф	200	0	0	26,74	103,2	0,06
	Итого	840	22,39	25,21	122,36	695,31	3,51
	полдник						
17/4	булочка	90	7,74	7,5	56,88	336,33	4,4
8/1	чай с сахаром	200	0,07	0,02	42,1	42,1	0,03
	итого	290	7,81	7,52	98,98	378,43	4,43
	ИТОГО за день	1715	55,34	90	335,76	1889,97	11,28