

Утверждаю.  
Директор школы \_\_\_\_\_ Н.И.Ерохова

Меню для группы дошкольников МБОУ «Краснооктябрьская СШ»  
8 сентября 2023 года

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход Блюда гр.	Пищевые вещества гр.			Энергетическая ценность	Витамины мг.			Минеральные вещества мг.	
			Б	Ж	У		Ккал	В1	В2	С	Са
	<b>Завтрак</b>										
93	Суп молочный с макаронными изделиями	<b>250</b>	7,18	6,5	23,54	<b>181</b>	0,107	0,25	1,13	202	0,63
1	Бутерброд с маслом	<b>40</b>	2,45	7,55	14,62	<b>136</b>	0,05	0,03	0	9,3	0,62
393	Чай с лимоном	<b>180</b>	0,12	0,02	10,20	<b>41</b>	0	0	2,83	12,8	0,32
	<b>Второй завтрак</b>										
368	Фрукты (банан)	<b>100</b>	1,50	0,50	21,00	<b>95</b>	0,04	0,05	10,00	8,0	0,60
	<b>Обед</b>										
11	Салат из капусты	<b>60</b>	0,8	3,8	4,7	<b>55,2</b>	0,03	0	5,7	17,7	0,5
37	Суп с мучными клёцками	<b>250</b>	7,8	10,7	23,75	<b>217,1</b>	0,13	0,12	14,9	23,95	1,8
304	Плов с мясом кур	<b>200</b>	19,33	16,19	33,99	<b>359</b>	0,05	0,11	0,96	42,95	2,08
376	Компот из сухофруктов	<b>200</b>	0,44	0,02	27,76	<b>113</b>	0,002	0,006	0,4	31,82	1,24
1	Хлеб пшеничный	<b>30</b>	3,19	0,49	20,43	<b>103</b>	0,045	0,03	0	9	0,76
1	Хлеб ржаной	<b>30</b>	2,34	0,54	19,93	<b>96</b>	0,006	0,058	0	13,05	0,9
	<b>Полдник</b>										
пр	Булочка сдобная	<b>50</b>	6,71	12,26	65,57	<b>403,20</b>	0,08	0,03	0,01	26,57	0,91
401	Кисель	<b>180</b>	5,22	4,50	7,56	<b>92</b>	0,04	0,23	0,54	232,0	0,18
	<b>Итого:</b>		<b>57,08</b>	<b>63,07</b>	<b>273,05</b>	<b>1891,5</b>	<b>0,58</b>	<b>0,914</b>	<b>36,47</b>	<b>629,14</b>	<b>10,54</b>