

Утверждаю.
Директор школы _____ Н.И.Ерохова

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

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