

Утверждаю:

Директор МБОУ «НШДС №71» НМР РТ

Ф.Я. Манихова

МЕНЮ

06.09.23 год ясли сад школа

Наименование блюда Завтрак 3 день	Объем блюд Ясли/сад	Энергетическая ценность, ккал
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	140/4/180/5/180/5	125,05/163,26/163,26
Чай с молоком с сахаром,	170/6/180/6/180/6	70,41/75,76/75,76
Бутерброд с маслом сливочным	25/5 30/5/ 30/5	98,50/111,68/111,68
Итого:	350/406/406	293,96/350,70/350,7

Второй завтрак

Молоко кипяченое, диетчикам- сок в индивидуальной упаковке	150/180/200	71,40/93,87/104,3
---	-------------	-------------------

Обед

Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне с мясом птицы	150/10/180/10 180/20	77,65/87,94/114,14
Салат с картофелем и зеленым горошком консервированным	30/50/60	26,34/35,76/56,52
Фрикадельки куриные в молочном соусе	40/20/50/25/ 60/30	103,28/129,1/154,9
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	110/3/130/3/ 150/3	134,38/155,22/175,6
Напиток из свежемороженой фруктов	150/180/180	100/120/120
Хлеб пшеничный	20/20/20	47,05/47,05/47,05
Хлеб ржаной	35/45/45	69,23/89,10/89,19
Итого:	545/693/748	510,48/671,92/757,1

Уплотненный Полдник с ужином

Биточки рубленые из рыбы	60/80/90	126,4/142,4/142,4
Картофель тушеная с овощами в соусе	110/140/150	223,4/277,3/186
Напиток из шиповника	150/5/180/6/	70,70/84,84/84,84
Хлеб пшеничный	20/20/30	47/47,05/70,57
Печенье	20/25/40	41,70/41,70/166,8
Яблоко	100/100/100	43/43/43
Итого:	495/576/596	482,22/584,95/693,5
Всего:	1563/1855/1950	1405,06/1701,44/1905

Приятного аппетита!