

Утверждаю:

Директор МБОУ «НШДС №71» НМР РТ

Ф.Я. Манихова

МЕНЮ

11.09.2023 год ясли сад школа

Завтрак

Наименование блюда	Объем блюда Ясли/сад	Энергетическая ценность, ккал
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/4/180/3/ 180/3	123,94/184,24/184,24
Чай молоком, с сахаром, диетчикам-чай 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:	350/404/404	292,85/371,68/371,68

Второй завтрак

Катык,	150/180/200	72,50/91,89/102,1
Итого	150/180/200	72,50/91,89/102,1

Обед

Борщ со свежей капустой, картофелем на мясном бульоне, со сметаной.	150/5/180/7/ 200/7	70,31/85,97/94,33
Салат из кукурузы консервированной	30/50/60	29,79/49,65/59,58
Бефстроганов из отварной говядины	30/30/40/40/ 45/45	108,60/144,8/162,9
Вермишель отварная	110/130/150	118,12/141,76/163, 57
Напиток из сухофруктов	150/180	73/88/88
Хлеб ржаной	35/45/ 45	69,23/89,19/89,19
Итого:	540/672/732	469,38/598,87/657, 07

Уплотненный полдник

Сырники из творога со сгущенным молоком	110/20/130/20/1 30/20	331,4/382,20/ 382,20
Напиток из шиповника	150/180/180	70,70/63,04
Печенье	40/40/40	231,78/231,78
Сок в индивидуальной упаковке	125/125/125	53,34/53,34/53,34
Итого:	450/495/570	687,22/730,36/ 719,18
Всего:	1490/1751/1906	1521,95/1792,81/ 1850,03