

Утверждаю:  
Директор МБОУ «НШДС №71» НМР РТ  
Ф.Я. Манихова

МЕНЮ

14.09.2023 год Ясли сад школа 9 день

| Наименование блюда                                    | Объем блюд<br>Ясли/сад/школа | Энергетическая<br>ценность, Ккал |
|---|------------------------------|----------------------------------|
| Каша пшеничная молочная с<br>маслом сливочным         | 140/3/180/3<br>180/3         | 113,50/173,44<br>173,44          |
| Чай с молоком с сахаром,<br>диетчикам – чай с сахаром | 170/6/180/6<br>180/6         | 70,41/75,76<br>75,76             |
| Бутерброд с сыром, маслом<br>сливочным                | 25/5/5/30/5/5<br>30/5/5      | 107,57/120,67<br>120,67/         |
| Итого:  | 354/409/409                  | 291,48/369,87<br>369,87          |

**Второй завтрак**

|       |             |                   |
|-------|-------------|-------------------|
| Кефир | 150/180/200 | 68,53/88,91/97,78 |
| Итого | 150/180/200 | 68,53/88,91/97,78 |

|  |                         |                      |
|--|-------------------------|----------------------|
| Суп со звездочками на курином<br>бульоне с мясом птицы | 150/10/180/10<br>180/20 | 95,65/109,54/135,74  |
| Помидоры свежие порционно                              | 40/60/60                | 8,8//13,20/13,20     |
| Биточки Домашние                                       | 50/70/90                | 110,54/154,75/198,96 |
| Капуста тушеная  | 110/130/150             | 84,7/100,1/115,5     |
| Напиток из вишни                                       | 150/180/180             | 73,33/88/104,94      |
| Хлеб ржаной  | 35/45/45                | 69,23/89,1/89,19     |
| Итого:   | 525/635/725             | 464,22/511,14/657,,5 |

**Уплотненный Полдник**

|                                |                             |                        |
|--------------------------------|-----------------------------|------------------------|
| Пудинг творожный с<br>повидлом | 110/20/130/20/<br>130/20    | 330,5/389,70/383,0     |
| Чай с сахаром и лимоном        | 150/5/5/180/6/7/<br>180/6/7 | 21,89/26,12/26,12      |
| яблоко                         | 100/100/100                 | 47/47/47               |
| Итого:                         | 390/453/443                 | 397,39/529,82/456,12   |
| Всего:                         | 1419/1677/1777              | 1219,61/1499,74/1581,3 |

**Приятного аппетита!**