



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

МЕНЮ

19.09.2023 год ясли сад школа 2 день

Завтрак

Наименование блюда	Объем/блюдо Ясли/сад/школа	Энергетическая ценность, ккал
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	140/3/180\3 180\3	123,31/ 183,44/ 183,44
Какао с молоком	180 /180/180	58,83 /58,83/58,83
Бутерброд с маслом сливочным, сыром	25/5/5/30\5\5 30/5/5	107,57 /120,67/ 120,67
Итого:	358/403/403	289,71/362,93/362,9

Второй завтрак

Ряженка	150/180/200	73,40/ 93,85/104,27
---------	-------------	---------------------

Обед

Огурцы свежие порционно	40 /60 / 60	4,8/ 7,2/7,2
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной	150/7 180/7/ 180/7	73,55 /85,97/ 85,97
Плов из отварной птицы	150/200/200	229,00/282,55/282,55
Компот из свежих яблок	150 /180/180	46,05/55,26/55,26
Хлеб пшеничный	20/ 25/25	47,00/ 58,75 /58,75
Хлеб ржаной	35 /45 /45	69,23/ 89,19/89,19
Итого:	552/697/697	469,63/578,92/578,92

Уплотненный полдник с ужином

Запеканка творожная с ягодным соусом	110/20/130/20/ 130/20	237,04/ 272,60/272,6
Чай с сахаром с лимоном	150/5/5/180/6/7/ 180/6/7	1,89/26,12/26,12/
Булочка дорожная	35/50/75	112,24/160,50/31,61
Сок в индивидуальной упаковке	125/125/125	53,34/53,34/53,34
Итого:	450/518/618	424,51/512,45/624,8
Всего:	1510/1798/1918	1257,24/1548,26/167 0,93

Приятного аппетита!