

Утверждаю:

Директор МБОУ «НШДС №71» НМР РТ

Ф.Я. Манихова

МЕНЮ

22.09.2023 год ясли сад школа

Завтрак

Наименование блюда	Объем блюд Ясли сад/школа	Энергетическая ценность, ккал
Суп молочный с геркулесовой крупой	180/200/200	134,23/171,20/171,20
Какао с молоком	150/180/180	48,86/58,83/58,83
Бутерброд с сыром, с маслом сливочным.	25/5/5/30/5/5 30/5/5	107,57/120,67/120,67
Итого:	365/420/420	290,65/350,69/350,69

Второй завтрак

Молоко кипяченое	150/180/200	71,40/93,87/104,3
------------------	-------------	-------------------

Обед

Салат из свеклы отварной	40/60/60	37,12/55,68/55,68
Рассольник Домашний на курином бульоне со сметаной, с куриными фрикадельками	150/10/5/180/10/5 180/10/5	97,40/111,14/111,14
Запеканка картофельная с мясом птицы со сметанным соусом	130/20/150/30 150/30	183,02/387,55/387,55
Кисель	150/180/180	52/60/60
Хлеб ржаной	40/45 / 45	79,20/89,19/89,19
Итого:	545/660/670	448,74/703,61/724,21

Уплотненный полдник с ужином

Тефтели рыбные в сметанном соусе	40/20/80/30/80/30	86,4/103/103
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	110/3/130/3/150/3	140,63/168,39/191,26
Пирожок печеный с повидлом	50/60/90	155,83/187,0/280,50
Чай с сахаром, с лимоном	150/5/5/180/6/7/ 180/6/7	21,89/26,12/26,12
Яблоко	100/100/100	47/47/47
Хлеб пшеничный	20/30/30	47/70,57/70,57
Итого:	503/596/607	475,35/583,08/634,6
Всего:	1856/1563/1709	1286,14/1731,25/1856

Приятного аппетита!