

Утверждаю:

Директор МБОУ «ННДС №71» НМР РТ

Ф.Я. Манихова

МЕНЮ

19.12.2022 год ясли сад школа

Завтрак

Наименование блюда	Объем блюд сад/школа	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	150/5/180/6/ 180/6	70,41/75,76/75,76
Бутерброд с маслом сливочным	25/5/30/5/30/5	98,50/111,68/111,6
Итого:	350/404 /404	292,85/386,06/386,06

Второй завтрак

Катык	150/180/200	72,50/91,89/102,10
Итого	150/180/200	72,50/91,89/102,10

Обед

Суп из овощей на курином бульоне, со сметаной	150/5/180/7/200/7	66,25/84,78/ 84,78
Салат из зеленого горошка консервированного	30/50/50	25,08/41,80/41,80
Тефтели куриные с рисом в сметанно-томатном соусе	40/20/50/25/60/30	136,77/170,97/170,97
Вермишель отварная	110/130/150	118,12/141,76/141,76
Компот из сухофруктов	150/180/180	73/88/88
Хлеб ржаной	35/45/ 45	69,23/89/10/89,10
Итого:	540/667/732	487,78/616/688,52

Уплотненный полдник с ужином

Запеканка творожная с ягодным соусом	110/20/130/2 /130/20	242,13/302,60/302,6
Напиток из плодов шиповника	150/180/ 180/	70,70/84,15/84,15
Печенье	20/25/25	90,20/104,25/104,25
Сок в индивидуальной упаковке	125/125/125	56,25/56,25/56,25
Итого:	505/555/520	488,42/555,23/373,0
Всего:	1545/1806/ 1891	1341,55/1634,80/ 1739,33

Утверждаю: