

Ежедневное меню основного питания

СП «Детский сад Солнышко»

ГБОУ СОШ им.А.М.Шулайкина с.Старый Аманак

22.11.2022г.

от 3 до 7 лет

Директор ГБОУ СОШ им.А.М.Шулайкина

с.Старый Аманак

Н.М.Дурнова



Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша манная молочная с/м	200	314
	Коф.напиток.	180	84,01
	Батон	30	78,9
Итого за завтрак		<b>410</b>	<b>476,91</b>
Второй завтрак	Сок фруктовый	180	81
Итого за второй завтрак		<b>180</b>	<b>81</b>
Обед	Уха с рыбными консервами	200	120,68
	Винегрет овощной	60	54,96
	Каша гречневая	150	270,51
	Тефтеля	70	316,85
	Подлив	60	44,7
	Напиток лимонный	180	136,35
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	193,08
Итого за обед		<b>780</b>	<b>1137,13</b>
Полдник	Запеканка творожно вермишелевая	150	239,03
	Чай с сахаром	180	47,3
Итого за полдник		<b>330</b>	<b>286,33</b>
Итого за день:		<b>1700</b>	<b>1981,37</b>