

Ежедневное меню основного питания

СП «Детский сад Солнышко»

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

24.11.2022г.

Директор ГБОУ СОШ им.А.М.Шулайкина

Утверждаю:

с.Старый Аманак

Н.М.Дурнова

от 3 до 7 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша пшённая молочная с/м	200	223,16
	Коф.напиток	180	84,01
	Батон	30	78,9
Итого за завтрак			
		410	386,07
Второй завтрак	печенье	40	180,4
Итого за второй завтрак			
		30	180,4
Обед	Свекольник с мясом и сметаной	200	72,82
	Каша перловая	150	186,08
	Рыба туш.с овощами	100	240
	Напиток из кураги	180	96,7
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	70
Итого за обед			
		670	665,6
Полдник	Сосиска запечёная в тесте	60	147
	Сок фруктовый	180	140
	Яблоко	100	47
Итого за полдник			
		340	334
Итого за день:		1260	1566,07