

Директор:

Ежедневное меню 3-7 лет

2 день

Муниципальное казенное учреждение «Добринская средняя общеобразовательная школа»
ИНН 3430031905

01.09.20262

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Средняя энергетическая ценность, ккал			
Завтрак								
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103	180	8,70	13,70	28,40	220,60	103		
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)	30/5/10	4,40	6,70	14,60	141,60	3		2016
ЧАЙ С САХАРОМ №411	180	0,10	0,00	14,30	57,00	411		2016
Итого за прием пищи:	405	13,20	20,40	57,30	419,20			
II Завтрак								
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,80	0,20	14,70	62,60	399		2011
Итого за прием пищи:	150	0,80	0,20	14,70	62,60			
Обед								
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50	0,80	0,10	4,40	21,40	1,2,3,4,5		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43	180	4,00	3,80	11,70	97,00	43		
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ), (говядина) №304	70/30	4,70	5,30	6,00	90,40	304		2016
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136	130	3,50	4,50	22,90	132,30	136		2016
КИСЕЛЬ №247	180	1,20	0,00	26,00	105,00	247		2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	30	2,34	0,30	14,46	70,08	6		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	30	1,88	0,30	12,40	59,40	7		
Итого за прием пищи:	700	18,42	14,30	97,86	575,58			
Полдник								
ВАФЛИ № 10	50	1,40	1,70	38,70	177,00	10		
ЧАЙ С МОЛОКОМ №413	200	3,30	2,77	17,33	108,40	413		2016
Итого за прием пищи:	250	4,70	4,47	56,03	285,40			
Всего за день:	1505	37,12	39,37	225,89	1342,78			