| УТВЕРЖДЕНО: | СОГЛАСОВАНО: |
|---|---|
| ИП Плюхина Наталья Иосифовна | Директор МКОУ Усть-Логотинской СШ |
| Плюхина Н.И. (ФИО) | Крюков Г.Ф. (ФИО) |

# ЗИМНЕЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет / 3-7 лет

на « 22 » апреля 2022г.

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда, гр. | | Пищевые вещества, гр. | | | Энерг. ценность (ккал) | Стоимость руб. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Б | Ж | У | | |
| Неделя 2 День 5 | ПЯТНИЦА | | | | | | | |
| Завтрак | Суп молочный вермишелевый | 150 | 200 | 7,2<br>7,25 | 6,81<br>8,91 | 21,19<br>21,36 | 174,2<br>182,6 | |
| | Батон | 20 | 30 | 1,9 | 0,70 | 12,85 | 65,50 | |
| | Масло сливочное | 8 | 10 | 1,85<br>3,37 | 6,89<br>9,10 | 11,58<br>23,10 | 112,7<br>182,9 | |
| | Кофейный напиток на молоке | 150 | 200 | 3,6<br>4,8 | 4,4<br>5,9 | 11,8<br>15,8 | 106,5<br>142,0 | |
| Итого за завтрак | | 328 | 440 | 14,83<br>17,60 | 26,22<br>30,03 | 59,72<br>75,41 | 495,1<br>609,2 | |
| Второй завтрак | Фрукт свежий (банан) | 100 | 100 | 1,5 | 0,5 | 21,0 | 95,0 | |
| Обед | Борщ на м/к бульоне с фасолью | 150 | 200 | 2,83<br>3,54 | 4,08<br>5,10 | 11,62<br>14,53 | 94,60<br>118,25 | |
| | Овощи (кукуруза консервированная) | 30 | 40 | 0,9 | 2,56 | 7,0 | 51,5 | |
| | Картофельное рагу с мясом (курицей) | 150 | 200 | 13,70<br>17,64 | 15,60<br>23,0 | 15,60<br>18,37 | 221,1<br>298,7 | |
| | Компот из сухофруктов | 150 | 200 | 0,4<br>0,54 | 0,00 | 20,9<br>27,85 | 80,7<br>107,7 | |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 50 | 3,3 | 1,3 | 23,0 | 112,0 | |
| | Хлеб ржаной | 20 | 40 | 1,8 | 0,65 | 11,5 | 120,0 | |
| Итого за обед | | 540 | 730 | 22,57<br>27,22 | 24,19<br>33,41 | 93,48<br>99,16 | 693,40<br>794,65 | |
| Полдник | Яйцо | 40 | 40 | 4,20 | 4,61 | 31,20 | 200,8 | |
| | Икра кабачковая | 40 | 60 | 0,48<br>0,72 | 1,89<br>2,82 | 3,08<br>4,62 | 31,0<br>47,0 | |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 20 | 3,30 | 1,30 | 23,0 | 112,0 | |
| | Чай с сахаром | 150 | 200 | 0,13 | 0,01 | 1,81 | 60,15 | |
| Итого за полдник | | 250 | 320 | 6,81<br>15,08 | 7,21<br>8,74 | 44,09<br>60,63 | 353,95<br>419,95 | |
| Итого за день | | 1218 | 1590 | 8,11<br>11,35 | 37,39<br>72,68 | 218,29<br>256,20 | 1637,4<br>1918,8 | |
| | | | | | | | | 91-98 |

Повар: Молоденкова

Ответственный по питанию по школе: _____