

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Плюхина Наталья Иосифовна



Плюхина Наталья Иосифовна
Плюхина Н.И.
Наталья
Иосифовна

СОГЛАСОВАНО:

Директор МКОУ

Устьелогожской СШ №1
Т.Ф. Крюкова
М.П. (Ф.И.О.)



ЗИМНЕЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

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

на « *18* » *мая* 2022г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, гр.		Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценность (ккал)	Стоимости руб.
		1-3	3-7	Б	Ж	У		
Неделя 2 День 3	СРЕДА							
Завтрак	Каша молочная пшенная	150	200	7,51 10,06	8,34 11,34	30,44 41,26	227,0 307,0	
	Батон	20	30	1,9	0,70	12,85	65,50	
	Масло сливочное	8	10	1,85 3,37	6,89 9,10	11,58 23,10	112,7 182,9	
	Кофейный напиток на молоке	150	200	3,6 4,8	4,4 5,9	11,8 15,8	106,5 142,0	
Итого за завтрак		328	440	14,56 19,83	20,83 27,54	63,62 89,86	503,0 688,7	
Второй завтрак	Фрукт свежий (яблоко)	100	100	0,4	0,4	9,8	47,0	
Обед	Суп с клецками на м/к бульоне	150	200	1,93 2,53	3,45 4,60	12,88 17,10	88,43 117,90	
	Овощи (морковь)	30	40	0,6 0,8	0,2 0,1	4,2 3,4	20,0	
	Гороховое пюре	100	130	2,25 2,69	0,21 0,28	14,49 17,39	76,50 91,80	
	Гуляш	60	80	15,42 18,05	12,41 14,26	3,96 4,58	189,0 218,0	
	Компот из сухофруктов	150	200	0,40 0,54	0,00	20,90 27,85	80,7 107,7	
	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		550	740	25,70 29,31	18,22 23,65	97,59 105,33	731,63 805,40	
Полдник	Кондитерские изделия (рогалик)	20	40	2,9	3,33	77,5	354,17	
	Кисель фруктовый	150	200	0,04	0,00	24,76	94,2	
Итого за полдник		170	240	2,94	3,33	102,26	448,37	
Итого за день		1148	1520	43,6	48,21	273,27	1730,0	
								91-98

Повар: *Махаринова*

Ответственный по питанию по школе: *Т.Ф. Крюкова*