

УТВЕРЖДЕНО: ИП Плюхина Наталья Иосифовна	СОГЛАСОВАНО: Директор школы Учительского - жилищного ВСС Иосифовна Т.Ф. Крюкова
--	---



ЛЕТНЕЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

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

на « 12 » сентября 2022г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, гр.		Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценность (ккал)	№ рецептуры	
		1-3	3-7	Б	Ж	У			
Неделя 1	ПОНЕДЕЛЬНИК								
День 1									
Завтрак	Запеканка из творога	120	150	21,04	14,46	20,58	296,0	223	
				26,31	18,09	25,74	372,0		
	Соус сметанный сладкий	25	30	2,18	8,12	15,15	101,7	369	
	Кофейный напиток на молоке	150	200	3,6	4,4	11,8	106,5	414	
				4,8	5,9	15,8	142,0		
Итого за завтрак		295	380	26,82	26,98	47,53	504,2		
				33,29	32,11	56,69	615,7		
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	100	0,16	0,00	3,92	18,8	418	
Обед	Суп гороховый на м/к бульоне	150	200	1,5	4,35	13,58	68,5	147	
				2,0	6,35	18,1	91,3		
	Овощная нарезка (свекла)	30	40	0,9	2,56	7,0	51,5	4	
	Плов с мясом	150	170	7,74	10,38	19,66	239,2	601	
					13,3	13,3	29,46	342,0	
	Кисель фруктовый	150	200	0,04	0,00	24,76	94,2	76	
	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	700	15,28	19,24	99,50	685,4		
				25,55	24,16	113,92	811,0		
Полдник	Булочка ванильная	60	80	2,9	4,01	16,2	150,8	441	
				4,2	4,61	31,2	200,8		
	Чай с сахаром	150	200	0,13	0,01	1,81	60,15	410	
Итого за полдник		210	280	7,23	8,63	49,21	411,7		
Итого за день:		1045	1360	108,17	111,12	366,85	3028,0		
								91-98	

Товар:

Отвешен за питание по школе: