

Меню на 18.04.2025 г Дошкольная группа

Утверждаю
Директор школы
М.В. Коньщева



№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценности	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
129/2008г	Каша овсяная "Геркулес" жидкая	200	6.2	9.6	26.60	217.6	0.14	0.0	0.0	2.2	38.00	140.00	58.00	1.60
2/2013г	Бутерброд с повидлом	55	2.49	3.93	27.56	155.57	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	хлеб пшеничный	40	3.08	0.32	19.8	94.40	0.05	0.0	0.0	0.44	8.00	26.00	5.60	0.44
154/2008г	Компот из изюма	200	0.40	0.0	31.40	106.00	0.02	0.73	0.0	0.51	3.48	23.44	17.46	0.70
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК													
338/2013*	фрукт свежий (яблоко)	100	0.40	0.40	9.80	44.34	0.03	10.00	0.0	0.20	16.00	11.00	9.00	2.28
	ИТОГО ЗАВТРАК:	595	12.57	14.25	115.16	617.91	0.24	10.73	0	3.35	65.48	200.44	90.06	5.02
	ОБЕД													
37/2013г	Салат из свёклы с сыром и чесноком	60	5.10	4.68	7.10	90.9	0.03	6.60	0.04	4.60	187.00	154.00	28.00	1.50
46/2008г	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.21	5.06	11.93	102.5	0.0	2.1	1.1	0.2	72.00	13.6	7.75	1.6
84/2013г	Капуста тушеная	180	3.60	5.94	16.56	134.10	0.054	30.6	0.0	1.80	104.40	72.00	36.00	1.44
197/2013г	Птица отварная	80	19.20	14.9	0.0	210.3	0.04	0.00	0.02	0.27	35.10	128.70	18.00	1.62
	Хлеб пшеничный	20	1.54	0.16	9.9	47.20	0.02	0.0	0.0	0.22	4.00	13.00	9.80	0.22
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.64	0.44	17.56	84.76	0.07	0.0	0.0	0.56	14.00	63.20	18.80	1.56
146/2008г	Чай с лимоном	200	0.30	0.0	15.20	62	0.0	2.20	0.0	0.0	16.00	8.00	6.00	0.80
	Итого обед		34.59	31.18	78.25	731.76	0.214	41.5	1.07	7.65	432.5	452.5	124.35	8.74
	ПОЛДНИК													
68/2013г	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7.20	6.53	23.55	181.73	0.08	0.80	0.025	0.50	148.00	125.00	20.00	0.50
261/2013г	Чай с сахаром	200	0.20	0.0	14.0	56.80	0.0	0.0	0.0	0.0	12.00	4.00	6.00	0.80
	хлеб пшеничный	20	1.54	0.16	9.9	47.20	0.02	0.0	0.0	0.22	4.00	13.00	9.80	0.22
	Сок фруктовый	200	1	0.2	20.2	86.6	0.02	4	0	0.2	14	14	10	2.8
	ИТОГО ПОЛДНИК		9.94	6.89	67.65	372.33	0.12	4.80	0.03	0.92	178.00	156.00	45.80	4.32
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		57.1	52.32	261.06	1722	0.574	57.03	1.1	11.92	675.98	808.94	260.21	18.08