

Меню на 20.05.2025 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														
110/2008г	Сырники творожные запеченные	150	27.90	8.40	27.30	296.40	0.12	0.45	0.015	1.50	198.00	297.00	45.00	0.90
1/2013г	Бутерброд с маслом сливочным	40	2.45	7.55	14.62	136.23	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
148/2008г	Кофейный напиток с молоком	200	2.70	2.80	22.40	125.60	0.22	1.30	0.02	0.0	125.78	90.00	14.00	0.13
ВТОРОЙ ЗАВТРАК														
338/2013	фрукт свежий (груша)	100	0.4	0.3	10.3	46	0.03	10.00	0.0	0.20	16.00	11.00	9.00	2.28
	ИТОГО ЗАВТРАК:		36.53	19.37	94.42	698.63	0.42	11.75	0.035	2.14	347.78	413.00	73.6	3.75
ОБЕД														
28/2008	Салат картофельный с фасолью	60	3,6	9,18	11,94	166,62	0.012	4,3	0.14	0.00	6.90	0.00	12.60	0.24
39/2008г	Борщ с капустой и картофелем	250	2.04	5	14.11	110	0.09	9.67	0.0	0.9	50.40	175.00	29.8	1.9
200/2013г	Плов из курицы	210	21.47	19.69	35.69	406	0.11	6.328	0.02	0.52	48.66	184.10	56.74	2.07
	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	0.04	0.0	0.0	0.28	7.00	31.60	9.40	0.78
150/2008г	Кисель из свежих ягод	200	0.1	0.04	26.14	105.2	0.0	0.0	0.0	0.0	9.30	8.84	0.0	0.06
ИТОГО ОБЕД:			30.51	29.34	115.44	836.8	0.272	20.3	0.16	1.92	126.26	412.54	118.34	5.27
ПОЛДНИК														
293/2013г	Булочка "Веснушка"	80	6.32	4.90	43.09	241.70	0.06	0.0	0.014	3.20	24.80	71.20	10.40	1.04
261/2013г	Чай с сахаром	200	0.20	0.0	14.00	56.80	0.0	0.0	0.0	0.0	12.00	4.00	6.00	0.40
	ИТОГО ПОЛДНИК		6.52	4.9	57.09	271.5	0.064	0	0.014	3.2	36.8	75.2	16.4	1.44
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		71.56	49.61	256.95	1806.93	0.76	33.75	0.209	7.26	510.84	900.74	208.34	10.46