

Меню на 25.04.2025 г Дошкольная группа.

Утверждаю
Директор школы
М.В. Коньшева

№ 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
1/2013г	Бутерброд с маслом сливочным	40	2.45	7.55	14.62	136.23	0.17	0.0	0.15	5.45	215.99	217.00	42.91	1.74
	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
149/2008г	Какао с молоком	200	4.90	5.00	32.50	194.60	0.06	0.54	0.04	0.40	172.20	178.40	24.80	1.00
ВТОРОЙ ЗАВТРАК														
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1.0	0.2	20.2	86.6	0.02	4	0	0.2	14	14	10	2.8
	Итого завтрак		17.63	22.67	113.72	729.43	0.44	4.54	0.19	8.69	448.19	575.4	141.31	7.58
ОБЕД														
30/2008г	Винегрет	60	0.78	5.94	5.04	76.74	0.06	7.80	0.0	1.77	24.24	29.28	14.04	0.61
60/2013г	Рассольник ленинградский	250	2.1	5.13	16.6	120	1.2	9.5	0.0	3.52	31.54	60.8	27.9	1.25
97/2008г	Макаронные изделия отварные	180	6.30	7.38	42.30	260.82	0.072	0.0	0.0	2.70	43.20	190.80	30.60	3.78
181/2013г	Шницель из говядины	80	14.00	19.92	7.20	264.08	0.06	0.0	0.01	0.88	14.40	120.80	22.40	1.28
141/2008г	Соус томатный	30	0.78	2.88	2.82	40.32	0.0	0.39	0.0	0.0	0.01	0.0	0.0	0.10
	Хлеб пшеничный	20	1.54	0.16	9.9	47.20	0.022	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
267/2013г	Напиток из плодов шиповника	200	0.40	0.27	17.20	72.83	0.01	24.00	0.0	0.0	13.20	2.13	2.67	0.53
	Итого обед		28.54	42.12	118.62	966.75	1.464	41.69	0.01	9.37	137.59	448.41	116.81	8.55
ПОЛДНИК														
283/2013г	Ватрушка с творогом	70	9.22	5.48	29.18	202.92	0.06	0.0	0.02	0.84	45.50	78.40	11.20	0.56
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
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0.2	20.2	86.6	0.02	4	0.0	0.2	14	14.0	8.0	2.80
	Итого полдник		10.42	5.68	63.38	346.32	0.08	0	0.02	1.04	71.5	96.40	25.20	3.76
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		56.59	70.47	295.72	1782.78	1.984	46.23	0.22	19.1	656.28	1120.21	283.32	19.89