

УТВЕРЖДЕНО:
Директор МБОУ "НСШ № 6"
Л. А. Зуева

«15» февраля 2021 г.

15 февраля 2021 год (ясли)

<u>Завтрак</u>	Вес порции (гр)	Энергет. ценность, калл
Запеканка творожная со сгущ.молоком	150/30	343,27
Какао	180	83,3
Хлеб с сл/м	30/5	78
<u>2 завтрак</u>		
Яблоко	95	47
<u>ИТОГО:</u>		551,57
<u>Обед</u>		
С-т из соленого огурчика	40	6,3
Суп с макаронными изделиями	180	31,47
Плов	120	326,7
Компот	180	120,05
Хлеб пшеничный	30	141
<u>ИТОГО:</u>		625,52
<u>Полдник</u>		
Блины	60	24,11
Молоко	180	46,67
<u>ИТОГО:</u>		70,78
<u>Ужин</u>		
Винегрет	120	193,85
Чай с лимоном	180	35
Хлеб ржаной	40	52,2
<u>ИТОГО:</u>		281,05

УТВЕРЖДЕНО:
Директор МБОУ "НСШ № 6"
Л.А. Зуева

«15» февраля 2021 г.

15 февраля 2021 года (средняя-старшая группа)

<u>Завтрак</u>	Вес порции (гр)	Энергет. ценность, ккал
Запеканка творожная со сгущ.молоком	200/40	475,3
Какао	200	111
Хлеб с сл/м	40/5/12	108
<u>2 завтрак</u>		
Яблоко	100	47
<u>ИТОГО:</u>		651,13
<u>Обед</u>		
С-т из соленого огурчика	60	8,4
Суп с макаронными изделиями	200	52,45
Плов	150	363
Компот	200	165,4
Хлеб пшеничный	40	108
<u>ИТОГО:</u>		697,25
<u>Полдник</u>		
Блины	50	199,6
Молоко	200	56
<u>ИТОГО:</u>		255,6
<u>Ужин</u>		
Винегрет	150	258,46
Чай с лимоном	200	47
Хлеб ржаной	50	69,6
<u>ИТОГО:</u>		375,06

