

Утверждаю

директор
МОУ "Сельцовская СОШ"
_____/Шевелёва Л.М./

МЕНЮ

21 ноября 2024 г.

Сад 10,5 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	175	7,00	8,39	23,25	197,61
КАКАО С МОЛОКОМ	145	4,04	3,36	14,82	106,95
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,81	0,70	12,38	63,12
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,02	3,20	0,03	29,00
Итого		12,87	15,65	50,48	396,68
II Завтрак					
СОК	79	0,40	0,08	8,03	34,17
Итого		0,40	0,08	8,03	34,17
Обед					
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	155/10/5	4,80	8,82	10,00	141,35
РИС ОТВАРНОЙ	150	2,36	0,34	24,87	111,92
КНЕЛИ РЫБНЫЕ В СОУСЕ	60	12,91	5,97	5,32	128,33
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	9,68	38,70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	2,46	0,33	15,74	75,75
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,51	0,58	10,32	52,60
Итого		24,04	16,04	75,93	548,65
Полдник					
ТВОРОЖНИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	110	25,65	17,52	47,17	452,97
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,17	0,17	13,86	58,76
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,51	0,58	10,32	52,60
ВАФЛИ	35	0,98	1,16	27,06	123,90
Итого		28,31	19,43	98,41	688,23
Всего		65,62	51,20	232,85	1 667,73