



Утверждаю: _____
 Директор школы: Л.В. Перова

Меню приготавливаемых блюд.
 Возрастная категория: от 3 до 7 лет
 От 19.02.2022 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена 3-7 лет	Цена инв. овз
			Белки	Жиры	Углеводы				
завтрак	Каша овсяная	200	7,4	7,9	29,5	219	20/91	18 ²⁰	
	Чай слад	180	0	0	11,98	43	33/264	13 ⁵	
	Батончик	30/5	2,3	4,36	14,62	108	44/1	56 ⁰	
Итого за завтрак									
завтрак	Банан	40	0,43	-	5,86	24,8	43	5 ²⁰	
Итого за завтрак									
обед	Салат из моркови	50	0,59	4,04	4,3	57,3	1/22	1 ²⁰	
	Суп картофельный с рисом	180	1,3	2,2	9,1	59,0	7/92	10 ⁹⁵	
	Котлета куриная	140	9,84	8,02	7,16	139,13	19/161	9 ⁰⁰	
	Картофельное пюре с маслом	100/5	1,83	3,14	10,84	85,2	15/206	15 ⁰⁰	
	Каша гречневая	180	0,48	0	23,2	90	34/241	45 ⁴	
	Плод апельсина	40	3,5	0,5	17,0	90,5		23 ⁶	
Итого за обед									
полдник	Сок	200	2,0	-	18,0	76,0	35/253	8 ⁰⁰	
	Кефир	30	7,9	1,0	17,0	178,0		36 ⁰	
Итого за полдник									
Итого за день									

20⁰⁰