

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МКОУ «Центр образования № 14»
 _____ Н.В. Кулешова
 23.04.2024

МЕНЮ
 питания воспитанников дошкольных групп
 МКОУ «Центр образования № 14»
 23.04.2024

№ рец.	Наименование блюда	Выход (г)		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Содержание витамина С (мг)	Сумма
		1-3 года	3-7 лет	Б	Ж	У			За день
ЗАВТРАК									
129	Сырники творожные с маслом сар.	80/2	80/2	16,93	17,15	32,85	355,87	0,4	26,16
260	Чай с лимоном	180	180	0,23	-	57,95	58,94	0,1	1,97
1	Булка с маслом	33/5	33/5	2,34	4,8	15,02	114	-	6,23
ВТОРОЙ ЗАВТРАК									
	Груша	35	35	0,4	-	0,3	33,25	-	14,90
ОБЕД									
	Огурец св.	20	20	0,09	0,,019	0,67	3,98	22,5	3,30
157	Щи из морской капусты со сметаной	200/4	250/4	4,5	7,29	13,14	123,02	8,39	14,93
220	Картофельная зраза	120	130	19,95	16,16	25,42	329,5	15,36	25,79
	В томатном соусе	30	30	0,7	2,96	4,02	45,96	0,45	2,20
	Хлеб	43	43	1,88	0,4	18,4	88	-	2,09
241	Компот из сухофруктов	180	180	0,32	-	22,65	89,85	-	2,39
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
	Манные биточки	90	100	2,38	9,12	15,88	135,2	2,35	8,08
	Пастила	47	47	0,8	0,73	0,044	9,81	-	21,50
260	Чай с лимоном	180	180	0,23	-	57,95	58,94	0,1	1,97