

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ «Центр образования № 14»

Н.В. Кулешова

31.01.2025

МЕНЮ
питания воспитанников дошкольных групп
МКОУ «Центр образования № 14»
31.01.2025

№ 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									
38	Каша. мол. венишеловая	160	170	2,26	2,29	17,41	98,27	-	10,94
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									
	Молоко	20	20	0,8	0,2	7,5	38	38	14,50
ОБЕД									
		20	20	3,8	31,61	-	28,2	-	4,0
42	Суп гречневый	200	250	3,02	5,05	14,99	118,65	7,8	10,73
206	Картофельное пюре	120	130	2,89	5,2	22,86	152,14	15,37	7,67
160	Биточки куриные	40	50	2,89	2,61	6,33	63,18	0,3	20,58
241	Компот из сухофруктов	180	180	0,32	-	22,65	89,85	-	2,39
	Хлеб	43	43	1,88	0,4	18,4	88	-	2,09
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
104	Макароны с сахаром	120	120	120,03	8,6	4,45	66,7	-	5,18
	Пряник	29	29	2,31	0,19	12,24	86,39	0,09	5,10
260	Чай с лимоном	180	180	0,23	-	57,95	58,94	0,1	1,97

