

Утверждаю:

Директор Гладкова Е.А.



Организация осуществляющая питание:

ИП Юмагулова Я.С.

Я.С.



МКОУ "Верхнегнутовская СШ" дошкольная группа

Меню на 15 сентября 2025г.

наименование блюда	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергети- ческая ценность Ккал.	вита- ин С	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергети- ческая ценность Ккал	вита- ин С	№ рецепт	
		белки	жиры	углевод ы				белки	жиры	углевод ы				
Возраст 1-3 лет							Возраст 3-7 лет							
Завтрак														
Каша жидкая манная с молоком и маслом	150	7,12	8,13	27,02	208,75	2,34	200	7,12	8,13	27,02	208,75	2,34	185	
Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30/5/5	5,83	8,24	15,06	160,5	0,24	30/5/15	5,83	8,24	15,06	160,5	0,24	3	
Чай с сахаром	150	0,1	0,025	6,01	22,74	0,05	180	0,14	0,035	8,0	30,32	0,07	392	
Второй завтрак														
Яблоко	115	0,46	0,46	11,27	51,75	18,9	115	0,46	0,46	11,27	51,75	18,9	368	
Обед														
Салат из белокочанной капусты	40	0,56	2,03	3,46	0,61	13,98	60	0,84	3,05	5,19	0,92	20,97	20	
Суп рассольник Ленинградский	150	1,36	3,95	10,03	90,53	9,3	200	1,81	5,27	13,37	120,7	12,4	76	
Котлета куриная	60	16,9	16,01	9,87	249,25	0,56	70	16,9	16,01	9,87	249,25	0,56	282	
Каша гречневая рассыпчатая	120	5,92	5,36	28,3	185,6	0	150	7,4	6,7	35,4	232	0	627	
Компот из смеси сухофруктов	150	0,16	0	11,48	44,29	0,14	180	0,16	0	11,48	44,29	0,14	376	
Хлеб ржаной	30	2,5	0,4	12,9	65,2	0	38	2,5	0,4	12,9	65,2	0		
Хлеб пшеничный формовой в/с	14	2,05	0,35	9,03	48,8	0	30	2,34	0,27	15	73,5	0		
Полдник														
Молоко кипячёное	150	5,9	6,4	9,6	122	2,6	200	5,9	6,4	9,6	122	2,6	400	
Печенье	45	3,7	4,4	37,8	213	0	45	3,7	4,4	37,8	213	0		
итого за 1 день	1214	52,56	55,755	185,82	1463,02	48,11	1498	55,1	59,365	211,96	1572,18	58,22		