

МОУ "Рассветская ОШ им. В.Н. Абрамова"
Структурное подразделение "Дошкольная разновозрастная группа"

Меню на 14.04.2025г. Для детей от 3-х до 7 лет

День	Наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
				Белки	Жиры	Углеводы	
	Завтрак						
	Масло (порциями)	г	5	0.05	4.15	0.50	37.5
	Каша "Дружба" молочная	г	200	4.90	6.70	29.90	200.70
	Чай с лимоном	г	180	4.20	3.40	18.80	123.30
	Хлеб	г	50	3.80	1.50	25.7	131
	Итого завтрак:			13.40	15.75	74.90	492.50
	2-ой Завтрак						
	Биойогурт	г	100-125	3.20	2.70	5.80	60.00
	Обед						
	Салат свекольный	г	60	0.7	0.1	2.3	14.50
	Суп из рыбных консервов	г	250\10\5	1.80	4.90	12.70	105.10
	Курица отварная	г	80	17.40	13.90	10.90	147.80
	Капуста тушеная	г	150	2.70	5.00	17.70	126.80
	Чай с сахаром	г	180	0.00	0.00	0.00	0.00
	Хлеб ржано-пшенич	г	35	2.30	0.30	14.80	71.4
	Итого обед:	г		24.20	24.10	56.10	394.20
	Полдник						
	Кофейный напиток	г	180	5.40	4.50	19.20	138.90
	Печенье	г	40	3.00	3.90	29.80	166.80
	Итого за полдник:	г		8.40	8.40	49.00	305.70
	Итого за день:	г		46.00	48.25	180.00	1192.20

Директор МОУ "Рассветская ОШ им. В.Н. Абрамова" Ю.П. Камаев

