

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

Меню на 30.04.2025г. Для детей от 3-х до 7 лет

День	Наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
	Завтрак						
	Масло (порциями)	г	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	Каша ячневая молочная вязкая	г	200	6.9	6.9	33.4	223.5
	Чай с сахаром	г	180	0.1	0	12.8	51.5
	Хлеб	г	50	3.8	1.5	25.7	131
	Итого завтрак:			10.85	12.55	71.95	443.5
	2-ой Завтрак						
	Банан свежий	г	90	0.4	0.4	8.8	42.3
	Обед						
	Салат из помидор	г	60	0.7	0.1	2.3	14.5
	Суп картофельный с горохом	г	250\10	4.9	5.1	18.2	138.7
	Гуляш из курицы	г	70\30	11.5	10.6	10.5	184.0
	Картофельное пюре с маслом	г	180	7.02	7.38	37.51	248.8
	Кисель	г	180	0.4	0.1	24.8	102
	Хлеб ржано-пшеничн	г	35	2.3	0.3	14.8	71.4
	Итого обед:	г		22.8	19.3	83.5	603.4
	Полдник						
	Молоко	г	180	2.60	3.40	18.80	123.30
	Вафли	г	40	1.10	0.00	16.30	62.00
	Итого за полдник:	г		3.70	3.40	35.10	185.30
	Итого за день:	г		51.20	39.60	243.00	1501.70

Директор МОУ "Рассветская ОШ им. В.Н. Абрамова"



Ю.П. Камаев