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

Структурное подразделение "Дошкольная разновозрастная группа"

Меню на 05.03.2025г. 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-пшеничный	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