

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

Меню на 13.03.2025г. Для детей от 3-х до 7 лет

День	Наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества			Энергетическая
				Белки	Жиры	Углеводы	
	Завтрак						
	Масло (порциями)	г	10	2,31	2,98	0,05	36,50
	Запеканка творожная со сгущенкой	г	200	7,30	7,50	35,70	240,00
	Чай с лимоном	г	180	5,40	4,50	19,20	139,00
	Хлеб	г	50	3,80	1,5	25,70	131
	Итого завтрак:			16,50	12,00	80,60	379,00
	2-ой Завтрак						
	Биойогурт	г	100-125	3,20	2,70	5,80	60,00
	Обед						
	Зеленый горошек	г	60	0,7	0,10	2,30	14,50
	Рассольник с курицей и сметаной	г	250\10	5,00	4,90	18,20	137,20
	Подливка из курицы	г	80	14,50	11,80	5,70	226,10
	Рагу овощное	г	150	23,00	5,20	14,60	115,50
	Компот из с\ф	г	180	0,00	0,00	14,00	55,80
	Хлеб ржано-пшеничный	г	40	2,60	0,40	17,00	81,60
	Итого обед:	г	510	45,10	22,40	71,80	630,70
	Полдник						
	Печенье	г	50	5,60	5,10	32,80	198,80
	Кисель	г	180	5,00	4,40	8,30	94,30
	Итого за полдник:	г	230	10,60	9,50	41,10	293,10
	Итого за день:	г		75,40	46,60	199,30	1362,80

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

