

# МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ

/Н.А. Шенгелева/



Школа: Озернинская школа - Детский сад 1-4кл

Отд./корт

1

Заведующий отд.

День

22.04.2022

Пример пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	закюска		Салат из свежих овощей с сыром	80	12,39	129,7	5,8	6,5	11,7		
	1блюдо			Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной	250/10/5	19,12	164	11,7	10,8	4,9	
				Курница в соусе с томатом	100	13,52	175,2	3,2	2,8	34,3	
				Каша гречневая вязкая отварная	150	12,34	111,6	0,9	0	27	
				Компот из сухофруктов	200	12,34	58,4	1,5	0,4	12,2	
				Хлеб белый	50	4,10	82,6	1,4	0,2	18,8	
				Хлеб украинский	34	4,00					
				Йогурт в индий. Упаковке	100	30,00	136,3	2,1	3,1	25	
								107,74			
Школа	Озернинская школа - Детский сад ОВЗ + 5 - 9 класс			Отд./корт	1	День	22.04.2022				

Пример пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо		Пудинг творожный с молоком стученным	200	58,29	272	13,5	10,8	30,2	
			чай с сахаром	200	22,05	117	3,4	4,2	16,4	
	хлеб		Хлеб пшеничный	83	8,50	77,8	2	0,6	16,2	
			Бутерброд с маслом	30	22,24	157,1	2,5	9,9	14,5	
Обед	закюска		Салат из свежих овощей с сыром	100	10,23	129,7	5,8	6,5	11,7	
	1блюдо			Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной	250/10/5	24,12	164	11,7	10,8	4,9
				Курница в соусе с томатом	120	12,71	175,2	3,2	2,8	34,3
				Каша гречневая вязкая отварная	180	15,38	111,6	0,9	0	27
				Компот из сухофруктов	200	4,82	58,4	1,5	0,4	12,2
				Хлеб белый	50	2,89	82,6	1,4	0,2	18,8
				Хлеб свежий	50	2,89	82,6	1,4	0,2	18,8
				Хлеб украинский	34	4,10	136,3	2,1	3,1	25
								74,23		