|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ "Начальная школа-детский сад № 16 "Солнышко"* | | | | |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  | |  |  |  |  | и.о директора | | | | |
|  |  |  |  | |  |  |  |  | Новикова В. И | | | | |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **детский сад 3-7 лет** | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **21 января 2025г** | | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | **Выход** | | | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | | | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ | | | 200 | | | | 6,71 | 10,39 | | 30,57 | 237,10 | | |
| БАТОН | | | 50 | | | | 3,75 | 1,45 | | 25,70 | 131,00 | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | 10 | | | | 0,05 | 8,25 | | 0,08 | 74,80 | | |
| КАКАО С МОЛОКОМ | | | 180 | | | | 4,96 | 5,41 | | 14,96 | 125,96 | | |
|  | | | | | | | **15,47** | **25,50** | | **71,31** | **568,86** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | |
| СОК /ФРУКТЫ | | | 100 | | | | 0,38 | 0,38 | | 8,92 | 42,30 | | |
|  | | | | | | | **0,38** | **0,38** | | **8,92** | **42,30** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | |
| ИКРА МОРКОВНАЯ | | | 60 | | | | 1,00 | 4,58 | | 4,78 | 63,07 | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ | | | 200 | | | | 5,92 | 2,84 | | 17,74 | 117,31 | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | | | 150 | | | | 5,36 | 4,50 | | 32,76 | 188,80 | | |
| ГУЛЯШ | | | 70 | | | | 10,20 | 10,99 | | 2,24 | 142,06 | | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 40 | | | 2,65 | 0,35 | | 16,96 | 81,58 | | |
| БАТОН | | | | 20 | | | 1,50 | 0,58 | | 10,28 | 52,40 | | |
| СОК | | | | 200 | | | 1,00 | 0,20 | | 20,20 | 92,00 | | |
|  | | | | | | | **27,63** | **24,04** | | **104,96** | **737,22** | | |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | | | | 150 | | | 8,29 | 6,02 | | 40,43 | 242,89 | | |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ | | | | 200 | | | 2,96 | 3,19 | | 19,13 | 115,15 | | |
|  | | | | | | | **11,25** | **9,21** | | **59,56** | **358,04** | | |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | | | | **54,73** | **59,13** | | **244,75** | **1 706,42** | | |