|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ "Начальная школа-детский сад № 16 "Солнышко"* |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | и.о директора |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Новикова В. И |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **детский сад 3-7 лет** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **23 октября 2024** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****ценность,****ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ | 200 | 6,86 | 10,03 | 28,96 | 228,13 |
| КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 20 | 1,18 | 0,94 | 15,00 | 73,20 |
| ЧАЙ | 180 | 0,10 | 0,00 | 0,19 | 1,12 |
|  | **8,14** | **10,97** | **44,15** | **302,45** |
| **II Завтрак** |
| СОК (ФРУКТЫ) | 100 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 46,00 |
|  | **0,50** | **0,10** | **10,10** | **46,00** |
| **Обед** |
| ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ | 60 | 0,46 | 0,06 | 0,93 | 7,02 |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 200 | 2,67 | 6,89 | 16,45 | 143,38 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3,43 | 9,01 | 22,41 | 179,53 |
| РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ | 50 | 9,64 | 0,36 | 0,28 | 40,49 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 |
| БАТОН | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 180 | 0,09 | 0,01 | 8,09 | 32,62 |
|  | **20,44** | **17,26** | **75,40** | **537,02** |
| **Полдник** |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 120 | 17,86 | 11,87 | 13,73 | 239,90 |
| МОЛОКО СГУЩЕННОЕ | 15 | 1,08 | 1,28 | 8,33 | 49,20 |
| ЧАЙ | 180 | 0,10 | 0,00 | 0,19 | 1,12 |
|  | **19,04** | **13,15** | **22,25** | **290,22** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **48,12** | **41,48** | **151,90** | **1 175,69** |