

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с.Базитамак
Салимгареева Г.З.

Меню на 14.01.2022
Дошкольная группа МБОУ СОШ с.Базитамак

Прим. лица	Наименование изделий (блюд)	выход	выход	Пищевые вещества			Энергетич	Витамины	№
День 5		1,5-3 лет	3-7 лет	Б	Ж	У	цен-ты (ккал.)	С	рецепта
Завтрак	Каша пшеничная молочная вязкая	150/4	200/5	8,8	9,1	35,5	260	0,2	302
	Каша с молоком	150	200	1,8	1,8	9,15	68,5	0,26	693
	Булгур с сыром	40/10	40/15	7,9	4,75	24,2	172	0,11	1
	Итого на завтрак		447,5	16,5	15,65	68,85	490,5	0,57	
Второй завтрак	Йогурт	100	100	3,2	3,5	11,2	58,6	1,20	
Обед	Салат из свеж. капусты	40	60	1,3	2,7	8,2	54	12,99	43
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	200	4,4	4,4	15,9	119	0,52	160
	Плов из курицы	150	220	35,7	43,3	39	691	2,09	ТТК №9
	Сок фруктовый	150	200	1	0,2	20,2	4	4,09	
	Хлеб пшеничный	50	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,00	
	Итого на обед		830	49,55	54,6	116,65	1074,1	20,89	
Полдник	Хлебцы с яблоч.	50	70	5,2	6,4	25,1	180	0,18	645
	Чай с молоком и сахаром	150	200	1,4	1,1	11,3	59	0,26	ТТК №283
	Итого на полдник		270	7,72	7,25	43,7	267,5	0,86	
Итого за день				75,77	77,5	229,2	1832,1	22,32	

Повар _____/Асылбаева А.Н./