

«Утверждаю»

Директор школы МБОУ СОШ с. Кужбахты

Мухаметдинова А.Р.



Меню дошкольной группы МБОУ СОШ с. Кужбахты  
На 18.10.2022 г.

| № рецепта | Завтрак               | До 3-х лет | Старше 3-х лет | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------|-----------------------|------------|----------------|-------|------|----------|-------------------------------|
| 198       | Каша молочная овсяная | 0,150      | 0,200          | 5,6   | 6,6  | 26,4     | 187                           |
| ХЛЕБ ПШЕН | Хлеб с повидл         | 0,030/0,05 | 0,040/0,05     | 9,7   | 9,9  | 30,8     | 254                           |
| 283       | Чай с молоком         | 0,150      | 0,200          | 1,4   | 1,1  | 11,3     | 59                            |
|           | <b>II-ЗАВТРАК</b>     | сок        | сок            |       |      |          |                               |
|           |                       |            |                |       |      |          |                               |
|           | <b>ОБЕД</b>           |            |                |       |      |          |                               |
| 52        | Суп с верм            | 0,150      | 0,200          | 1,4   | 4,5  | 6,8      | 73                            |
| 113       | гречка отварная       | 0,150      | 0,200          | 20,8  | 20,2 | 30,8     | 392                           |
| 82        | Котлета               | 0,75       | 0,75           | 12,1  | 8,6  | 10,3     | 168                           |
| ХЛЕБ ПШЕН | Хлеб                  | 0,030      | 0,040          | 1,58  | 0,2  | 9,66     | 47,6                          |
| 300       | Компот из сухофр.     | 0,150      | 0,200          | 0     | 0    | 20       | 76                            |
|           | <b>ПОЛДНИК</b>        |            |                |       |      |          |                               |
| 283       | Чай с молоком         | 0,150      | 0,200          | 1,4   | 1,1  | 11,3     | 59                            |
| ХЛЕБ ПШЕН | Хлеб                  | 0,030      | 0,040          | 1,58  | 0,2  | 9,66     | 47,6                          |
| 198       | Каша молочная рисовая | 0,150      | 0,200          | 5,6   | 6,6  | 26,4     | 187                           |

Повар \_\_\_\_\_ Тимербаева Ф.А.