



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

Меню на 12.11.2021
Дошкольная группа МБОУ СОШ с.Базитамак

Прием пищи	Наименование изделий (блюда)	выход		Пищевые вещества			Энергетич. ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецепта
		1-3 лет	3-7 лет	Б	Ж	У			
День 8									
Завтрак	Каша пшеничная молочная вязкая	150/4	200/5	8,8	9,1	35,5	260	0,2	302
	Какао с молоком	150	200	1,8	1,8	9,15	58,5	0,25	663
	Бутерброд с сыром	40/10	40/15	7,9	4,75	24,2	172	0,11	1
	Итого на завтрак		447,5	18,5	15,65	68,85	490,5	0,57	
Второй завтрак	Йогурт	100	100	3,2	3,5	11,2	86,5	1,20	
Обед	Салат из свеж. капусты	40	60	1,3	2,7	6,2	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	4,00	
	Хлеб пшеничный	90	90	3,95	0,5	24,15	117,5	0,00	
	Итого на обед		630	45,55	54,6	116,65	1674,1	20,89	
Полдник	Кыстыбый с кашей	50	70	5,2	6,4	25,1	160	0,18	645
	Чай с молоком и сахаром	150	200	1,4	1,1	11,3	59	0,26	ТК №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./