

«Утверждаю»

Директор школы МБОУ СОШ с. Кужбахты

СН Мухаметдинова А.Р.

Меню дошкольной группы МБОУ СОШ с. Кужбахты

на 13.03.23

| № рецепта  | Завтрак              | До 3-х лет | Старше 3-х лет | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал |
|------------|----------------------|------------|----------------|-------|------|----------|-------------------------------|
| 194        | Каша молочная манная | 0,150      | 0,200          | 5     | 7,8  | 23,4     | 253                           |
| ХЛЕБ ПШЕНИ | Хлеб с сыром         | 0,030/10   | 0,040/10       | 2,4   | 7,5  | 36,99    | 47,6                          |
| 283        | Чай с молоком        | 0,150      | 0,200          | 1,4   | 1,1  | 11,3     | 59                            |
|            | <b>II-ЗАВТРАК</b>    | йогурт     | йогурт         |       |      |          |                               |
|            | <b>ОБЕД</b>          |            |                |       |      |          |                               |
| 19         | Суп горох            | 0,150      | 0,200          | 2,2   | 2,1  | 8,7      | 60                            |
| 215        | Макарона отварная    | 0,150      | 0,200          | 5,5   | 4,2  | 33,3     | 196                           |
|            |                      |            |                |       |      |          |                               |
| 82         | Подлив из фарша      | 0,070      | 0,070          | 12,1  | 8,6  | 10,3     | 168                           |
| ХЛЕБ ПШЕНИ | Хлеб                 | 0,030      | 0,040          | 1,58  | 0,2  | 9,66     | 47,6                          |
| 292        | Кисель               | 0,150      | 0,200          | 0,9   | 0,05 | 20,6     | 89                            |
|            | <b>ПОЛДНИК</b>       |            |                |       |      |          |                               |
| 283        | Чай с молоком        | 0,150      | 0,200          | 1,4   | 1,1  | 11,3     | 59                            |
| 198        | Омлет натуральный    | 0,150      | 0,200          | 5,6   | 6,6  | 26,4     | 187                           |
| ХЛЕБ ПШЕНИ | Хлеб                 | 0,030      | 0,040          | 1,58  | 0,2  | 9,66     | 47,6                          |
|            |                      |            |                |       |      |          |                               |

Повар \_\_\_\_\_ Тимербаева Ф.А.