



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

Меню на 08.11.2021

Дошкольная группа МБОУ СОШ с.Базитаман

| Прием пищи           | Наименование изделий (блюдо)    | выход<br>1-3 лет | выход<br>3-7 лет | Пищевые вещества |       |        | Энергетич.<br>цен-ть (ккал.) | Витамин С | №<br>рецепта |
|----------------------|---------------------------------|------------------|------------------|------------------|-------|--------|------------------------------|-----------|--------------|
|                      |                                 |                  |                  | Б                | Ж     | У      |                              |           |              |
| День 1               |                                 |                  |                  |                  |       |        |                              |           |              |
| Завтрак              | Каша манная молочная жидкая     | 150/4            | 200/5            | 7,3              | 9     | 33,7   | 245                          | 0,21      | 311          |
|                      | Каша с молоком                  | 150              | 200              | 3,6              | 3,3   | 13,7   | 100                          | 0,52      | 288          |
|                      | Бутерброд с маслом              | 30/5             | 30/5             | 2,4              | 4,4   | 14,6   | 109                          | 0         | TK №1        |
|                      | Итого за завтрак                | 339              | 440              | 13,3             | 16,7  | 62     | 454                          | 0,73      |              |
| Второй завтрак       | Кефир                           | 150              | 200              | 5,6              | 0,1   | 7,3    | 51                           | 0,058     | 698          |
| Обед                 | Салат из свеклы                 | 40               | 60               | 0,8              | 4,9   | 4,8    | 66                           | 1,12      | TK №24       |
|                      | Суп картофельный с горох.огрени | 150/10           | 200/15           | 6,1              | 3,6   | 23,8   | 153                          | 3,73      | 139          |
|                      | Рагу овощное с мясом            | 150              | 175              | 16,1             | 19,0  | 13,1   | 301                          | 11,96     | 7            |
|                      | Компот из сухофруктов           | 150              | 200              | 0,9              | 0,05  | 20,6   | 89                           | 0,13      | TK №292      |
|                      | Хлеб пшеничный                  | 30               | 30               | 2,37             | 0,3   | 10,02  | 52,12                        | 0         |              |
|                      | Итого за обед                   | 680              | 880              | 31,87            | 27,55 | 82,82  | 712,12                       | 16,996    |              |
| Полдник              | Булочка домашняя                | 50               | 70               | 5                | 8     | 38     | 245                          | 0         | TK №272      |
|                      | Чай с молоком и сахаром         | 150              | 200              | 1,4              | 1,1   | 11,3   | 59                           | 0,26      | TK №283      |
|                      | Итого на полдник                | 200              | 270              | 6,4              | 9,1   | 49,3   | 304                          | 0,26      |              |
| Итого за первый день |                                 | 1219             | 1590             | 51,57            | 53,35 | 194,12 | 1470,12                      | 17,986    |              |

Товар: