

| Приём пищи<br>с 1 до 3 лет<br>1 неделя день 1 | Наименование блюда                                   | Выход<br>блюда | Энергетич. ценность (ккал) | Стоимость<br>1 дня |
|---|--|----------------|----------------------------|--------------------|
| Завтрак:                                      | Каша гречневая молочная жидкая                       | 150            | 16,7805                    |                    |
|   | Бутерброд с маслом/хлеб пшеничный                    | 20/4/20        | 78,0/58,372                |                    |
|   | Чай сладкий с лимоном                                | 150            | 39,4300                    |                    |
| 2-й завтрак:                                  | Напиток из свежемороженых фруктов (вишня, смородина) | 100            | 20,2100                    |                    |
| Обед:   | Суп вермишелевый на м/к бульоне                      | 180            | 44,0424                    |                    |
|   | Картофель тушеный с мясом                            | 120            | 114,2295                   |                    |
|   | Салат свекла с черносливом/салат из свежей капусты   | 40/40          | 58,353/36,193              |                    |
|   | Компот из сухофруктов                                | 150            | 72,5700                    |                    |
|   | Хлеб пшеничный                                       | 30             | 64,3300                    |                    |
|   | Хлеб ржаной  | 30             | 75,6000                    |                    |
| Полдник:                                      | Ватрушка с повидлом                                  | 70             | 288,3500                   |                    |
|   | Салат из картофеля с соевым соусом                   | 30             | 24,0900                    |                    |
|   | Кофейный напиток с молоком/ряженка                   | 150/150        | 119,67/88,5                |                    |
| Итого за первый день                          |  |                | 759,6324                   | 84-74              |
| Приём пищи<br>с 3 до 7 лет<br>1 неделя день 1 | Наименование блюда                                   | Выход<br>блюда | Энергетич. ценность (ккал) | Стоимость<br>1 дня |
| Завтрак:                                      | Каша гречневая молочная жидкая                       | 200            | 22,3740                    |                    |
|   | Бутерброд с маслом/хлеб пшеничный                    | 30/5/25        | 108,0/72,965               |                    |
|   | Чай сладкий с лимоном                                | 200            | 53,0600                    |                    |
| 2-й завтрак:                                  | Напиток из свежемороженых фруктов(вишня, смородина)  | 100            | 20,2100                    |                    |
| Обед:   | Суп вермишелевый на мясо-костном бульоне             | 200            | 67,4952                    |                    |
|   | Картофель тушеный с мясом                            | 150            | 141,2292                   |                    |
|   | Салат свекла с черносливом/салат из свежей капусты   | 60/60          | 79,659/50,491              |                    |
|   | Компот из сухофруктов                                | 200            | 96,7600                    |                    |
|   | Хлеб пшеничный                                       | 40             | 116,7440                   |                    |
|   | Хлеб ржаной  | 40             | 75,6000                    |                    |
| Полдник:                                      | Ватрушка с повидлом                                  | 80             | 289,4800                   |                    |
|   | Салат из картофеля с соевым соусом                   | 50             | 40,1500                    |                    |
|   | Кофейный напиток с молоком/ряженка                   | 200/180        | 119,67/106,2               |                    |
| Итого за первый день                          |  |                | 923,1024                   | 114-65             |

Директор ГБОУ СОШ с.Шигоны

Старшая м/с

Чулочникова Е.Н.

