



"Утверждаю"

 //

ООО "Май-М"

Меню на 14.03.2023 года

МАОУ "СОШ №123" СП "ДЕТСКИЙ САД"(ЯСЛИ)

N	Название блюда	Выход	Калорийн., ккал
---	----------------	-------	-----------------

ЗАВТРАК

1	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ (150)	150	155,41
2	БАТОН (20)	20	52,34
3	СЫР (ПОРЦИОННО) (10)	10	33,73
4	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (180)	180	90,89

Итого: 332,37

2 ЗАВТРАК

1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	44,40
---	---------------	-----	-------

Итого: 44,40

ОБЕД

1	ОВОЩИ КОСЕРВИРОВАННЫЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ) (30)	30	3,27
2	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (150/10)	150/10	96,17
3	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ (50)	50	50,29
4	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (120)	120	130,03
5	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (150)	150	66,80
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30	70,32
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ (40)	40	69,28

Итого: 486,16

ПОЛДНИК

1	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (150)	150	130,50
2	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ (60)	60	204,05

Итого: 334,55

УЖИН

1	БИГУС (С) (180)	180	99,13
2	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (180)	180	47,16
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30	70,32
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ (20)	20	34,64

Итого: 251,25

Всего: 1448,73

Калькулятор _____ / /

Зав. столовой _____ / /