



"Утверждаю"

 //



Меню на 30.03.2023 года

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

N	Название блюда	Выход	Калорийн., ккал
ЗАВТРАК			
1	КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (150)	150	114,63
2	БАТОН (20)	20	52,34
3	СЫР (ПОРЦИОННО) (10)	10	33,73
4	КАКАО С МОЛОКОМ (180)	180	88,20
Итого:			288,90
2 ЗАВТРАК			
1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	44,40
Итого:			44,40
ОБЕД			
1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (30)	30	28,31
2	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (СО СМЕТАНОЙ) (150/10)	150/10	76,48
3	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (С) (180)	180	159,68
4	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (150)	150	66,79
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	46,88
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ (40)	40	69,28
Итого:			447,42
ПОЛДНИК			
1	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (150)	150	124,20
2	ВАТРУШКА ТВОРОЖНАЯ	60	185,07
Итого:			309,27
УЖИН			
1	СУФЛЕ РЫБНОЕ (50)	50	67,42
2	СОУС МОЛОЧНЫЙ К БЛЮДАМ (30)	30	37,68
3	РИС ОТВАРНОЙ (120)	120	196,76
4	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (180)	180	37,00
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	46,88
Итого:			385,74
Всего:			1475,73

Калькулятор _____ //

Зав. столовой _____ //