



"Утверждаю"

 //

ООО "Май-М"

Меню на 14.09.2023 года



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

№	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	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ) (30)	30	3,39
2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (СО СМЕТАНОЙ) (150/10)	150/10	80,46
3	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (С) (180)	180	269,45
4	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (150)	150	66,79
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	46,88
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ (40)	40	69,28
Итого:			536,25
ПОЛДНИК			
1	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (150)	150	124,20
2	ВАТРУШКА ТВОРОЖНАЯ	60	171,29
Итого:			295,49
УЖИН			
1	СУФЛЕ РЫБНОЕ (50)	50	67,42
2	РИС ОТВАРНОЙ (130)	130	213,53
3	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (180)	180	37,00
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	46,88
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ (20)	20	34,64
Итого:			399,47
Всего:			1564,51

Калькулятор _____ //

Зав. столовой _____ //