



"Утверждаю"
Директор МБОУ
"Основная школа № 37"

14 мая 2024

меню дошкольника

наименование блюд

ясли

сад

Завтрак

| | выход, г | калл | выход, г | калл |
|-------------------|----------|------|----------|-------|
| омлет натуральный | 70 | 127 | 100 | 181,4 |
| икра кабачковая | 20 | 16,5 | 25 | 20,6 |
| кофе с молоком | 150 | 87,5 | 180 | 107,5 |
| батон с маслом | 27 | 98,2 | 40 | 150 |

Второй завтрак

| | выход, г | калл | выход, г | калл |
|-----------------------|----------|------|----------|------|
| апельсин, сок овощной | 100 | 43 | 100 | 43 |

Обед

| | выход, г | калл | выход, г | калл |
|---------------------------|----------|------|----------|-------|
| салат из свеклы с яблоком | 40 | 41 | 60 | 61,5 |
| суп картофельный с птицей | 165 | 75,3 | 200 | 92 |
| рыба в омлете | 55 | 101 | 70 | 116 |
| капуста тушеная | 110 | 49,9 | 120 | 54,8 |
| хлеб ржано-пшеничный | 20 | 48,6 | 25 | 59,6 |
| хлеб пшеничный | 20 | 48,6 | 180 | 132,2 |
| компот из сухофр | 150 | 84,2 | 180 | 106,5 |

Полдник

| | выход, г | калл | выход, г | калл |
|---------|----------|-------|----------|-------|
| вафли | 45 | 165,8 | 45 | 165,8 |
| варенец | 150 | 101 | 180 | 121 |

Ужин

| | выход, г | калл | выход, г | калл |
|-----------------------|----------|------|----------|-------|
| суфле из мяса с рисом | 65 | 76,6 | 85 | 225,5 |
| пюре картоф-морков | 100 | 76,6 | 115 | 231,9 |
| хлеб пшеничный | 20 | 48,6 | 20 | 48,6 |
| хлеб ржано-пшеничный | 20 | 45,6 | 25 | 59,6 |
| чай с молоком | 150 | 52,4 | 180 | 65,5 |

