



приятного аппетита!

"Утверждаю"
Директор МБОУ
"Основная школа

№ 37"

15

апреля

2024

меню дошкольника

наименование блюд

ясли

сад

Завтрак

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

выход, г

калл

выход, г

калл

Второй завтрак

| | | | | |
|--------------------|-----|----|-----|----|
| банан, сок овощной | 100 | 43 | 100 | 43 |
|--------------------|-----|----|-----|----|

Обед

| | выход, г | калл | выход, г | калл |
|-------------------------------|----------|-------|----------|-------|
| салат из свеклы с черносливом | 40 | 52,6 | 60 | 78,9 |
| борщ сибирский | 165 | 135,6 | 200 | 164 |
| тефтели рыбные | 65 | 92,5 | 80 | 113,8 |
| компот из изюма | 150 | 84,8 | 180 | 101,7 |
| хлеб ржано-пшеничный | 20 | 48,6 | 25 | 59,6 |
| хлеб пшеничный | 20 | 48,6 | 180 | 132,2 |

Полдник

| | выход, г | калл | выход, г | калл |
|---------|----------|------|----------|------|
| булочка | 60 | 175 | 70 | 204 |
| кефир | 150 | 101 | 180 | 121 |

Ужин

| | выход, г | калл | выход, г | калл |
|-----------------------------|----------|-------|----------|-------|
| запеканка картофель с мясом | 100 | 105,4 | 110 | 123,6 |
| хлеб пшеничный | 20 | 48,6 | 20 | 48,6 |
| хлеб ржано-пшеничный | 20 | 45,6 | 25 | 59,6 |
| чай с молоком | 150 | 52,4 | 180 | 64 |
| помидор в с\с | 25 | 20,2 | 25 | 20,2 |

