

УТВЕРЖДАЮ
 Директор ГБОУ СОШ № 9 г.Сызрани
 Просвирнина Л.В.
 «21» 04 2022г.

Меню на 22.04. 2022г.

Завтрак	Выход блюд		Стоимость		белки		жиры		углеводы		ККал	
	до 3-х лет	от 3-до 7 лет	до 3-х лет	от 3-до 7 лет	до 3-х лет	от 3-до 7 лет	до 3-х лет	от 3-до 7 лет	до 3-х лет	от 3-до 7 лет	до 3-х лет	от 3-до 7 лет
1-й завтрак												
1.Суп вермишелевый молочный	150	160	7,41	8,51	4,4	4,9	6,42	7,59	15,4	18,2	137,57	161,36
2.Кофейный напиток	170	200	1,02	1,12	0,18	0,22	0,03	0,04	7,9	7,9	31,4	31,68
3.Батон с маслом	35	47	5,08	6,93	2,34	3,12	4,82	6,66	16,06	21,42	106,6	139,4
Итого:	355	407	13,51	16,56	6,9	8,2	11,27	14,29	39,38	47,54	275,57	32,4
2-й завтрак												
1. Кисель	100	100	2,20	2,90	0,2	0,3	0,01	0,015	10,87	11,35	46,2	50,4
Итого:	100	100	2,20	2,90	0,2	0,3	0,01	0,015	10,87	11,35	46,	50,4
Обед												
1. Морковная икра	30	50	2,73	3,19	0,11	0,15	5,35	5,45	3,97	7,11	64,5	70,5
2. Рассольник на курином бульоне со сметаной	150	180	9,76	13,40	8,66	11,58	12,6	17,55	40,14	49,21	287,4	418,5
3.Картофельное пюре	110	130	5,29	6,70	3,28	3,97	3,09	4,31	21,02	24,7	125,0	153,8
4. Суфле из печени со сметанным соусом	50	70	23,52	29,16	13,09	16,79	8,84	9,6	11,09	12,88	182,6	211,33
5.Сок фруктовый	150	180	7,50	9,00	1,12	1,26	0	0	20,8	23,4	54,4	61,2
5.Хлеб пшеничный	25	30	1,57	1,88	1,92	2,3	0,6	0,7	1,32	1,58	63,5	76,2
6.Хлеб ржаной	40	50	2,03	2,54	1,9	2,3	0,23	0,3	19,9	24,9	85,6	97,0
Итого:	555	690	52,40	65,87	26,18	34,4	27,6	33,6	97,2	119,08	738,1	934,7
Уплотненный полдник												
1.Запеканка творожная со сгущенным молоком	140	150	20,47	26,42	11,35	15,09	18,38	26,7	22,33	32,07	321,7	426,2
2.Кисломолочный продукт «Снежок»	160	200	10,02	12,53	3,48	3,77	4,8	5,2	4,92	5,33	81,6	88,4
Итого:	300	350	30,49	38,95	15,21	19,2	23,18	31,9	42,06	52,2	456,7	577,02
Всего:	1310	1547	98,60	124,28	48,73	61,73	62,06	79,8	174,71	215,37	1462,6	1831,6