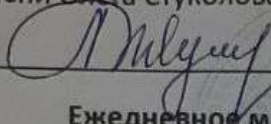


МБОУ « Войковская СОШ имени Олега Стуколова » Сорочинского городского округа Оренбургской области

Утверждаю  Директор школы Г.С. Жумагалиева

Ежедневное меню для воспитанников

Дата: 11.04.24

Неделя: 1 день: 4 четверг

стоимость
101 р. 67 к.

Прием пищи	Наименование блюда	Нормы от 1,5 до 3 лет					Нормы от 3 до 7 лет					№ Рец епт ур ы
		Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Масса порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Суп рисовый молочный с маслом	150	7,1	4,4	17,4	136	200	9,1	7	27,9	186	73
	Кофейный напиток	180	0,12	-	6,8	37,6	200	0,52	-	8,4	67,6	395
	Хлеб пшеничный	25	1,08	1,2	15,8	61,8	25	1,08	1,2	15,8	61,8	1
	Масло сливочное	5	0,1	3,8	0,1	44,6	5	0,1	3,8	0,1	44,6	6
	Итого на завтрак	360	2,1	9,4	40,6	280	430	10,8	12	52,2	360	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	2,1	0,1	10,15	70	200	2,7	0,8	13,05	90	399
Итого на второй завтрак		150	2,1	0,1	10,15	70	200	2,7	0,8	13,05	90	
Обед	Салат из свеклы с растительным маслом	40	0,8	2	3,3	47,7	60	0,9	2,5	9,5	80,5	33
	Щи из свежей капусты с картофелем на м/б	150	1,8	2,65	11,3	80,5	200	1,9	5,3	20,5	118,5	67
	Жаркое по -домашнему	50	4,8	10,7	5,8	130,5	80	7,9	12,5	9,1	140,5	276
	Хлеб пшеничный	25	1,08	1,2	15,8	191,6	25	1,08	1,2	15,8	61,8	1
	Компот из сухофруктов	180	0,7	-	7,05	31,2	200	1,2	-	7,5	65,5	376
Итого на обед		545	14,6	19,4	71,05	490	685	18,9	22,8	91,35	630	
Подник	Сочник с творогом	50	3,5	2	15,3	107,5	50	3,5	2	15,3	107,5	352
	Ряженка	150	2,8	5,05	15,15	102,5	200	4,6	7	23,85	162,5	401
	Итого на подник	200	6,3	7,05	30,45	210	250	8,1	9	39,15	270	
Итого за весь день		1255	31,5	36	152,2	1050	1565	40,5	44,6	195,7	1350	