

СЕРПЛОВСКАЯ ОБЛ. Г. Т.
 ОТ № 1138623000411
 УТВЕРЖДАЮ:
 06.10.2024 14:14
 МБОУ «Итатская школа № 5 «Елочка»
 Итатская А.Н.

Меню на 14.11.2025

Прим ещи	Наименование блюда	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет
День 20		Вес блюда		Энергетическая ценность		Белки		Жиры		Углеводы	
З а в т р а к	Каша гречневая	150	200	119	158,00	5,3	7,00	3,2	4,20	19,8	26,40
	Какао с молоком	150	180	101	121,00	2,9	3,87	2,61	3,48	17,18	22,90
	Батон 20/30 масло 6/9	26	39	91,72	137,58	1,6	2,40	5,13	7,67	10,34	15,52
	10-00 Сок	100		46		0,5	-	0	-	10,1	
	10-00 Напиток витаминизированный		200		80,00		-		-		19,00
	Итого за завтрак:	326	419	311,72	416,58	9,8	13,27	10,94	15,35	47,32	64,82
	Итого за второй завтрак:	100	200	46	80	0,5	0	0	0	10,1	19
О б е д	Свекольник со сметаной	180	200	83	93,00	1,6	1,70	3,9	4,40	12,4	13,70
	Запеканка рыбно-рисовая	150	200	219	292,00	18,15	24,20	10,47	13,90	13,11	17,48
	Соус сметанный	20	30	18	26,00	0,2	0,40	1,5	2,20	0,9	1,30
	Хлеб крестьянский	25	30	59	70,80	1,92	2,31	0,24	0,29	11,98	14,37
	Хлеб Чусовской	30	37,5	67,5	84,37	2,16	2,70	0,39	0,48	13,35	16,68
	Салат морковь/кукуруза	40	60	41,69	62,53	0,62	0,93	2,87	4,30	3,33	4,99
	Напиток из шиповника	150	180	72,8	87,30	0,53	0,63	0,23	0,27	17,1	20,50
	Итого за обед:	595	737,5	560,99	716	25,18	32,87	19,6	25,84	72,17	89,02
П о л д н и к	Коржик	85	85	345,95	345,95	5,86	5,86	11,8	11,80	26,86	26,86
	Чай с молоком	150	180	46	55,00	1,05	1,26	1,06	1,28	8,42	10,10
	Итого за полдник:	235	265	391,95	400,95	6,91	7,12	12,86	13,08	35,28	36,96
	Итого за день:	1256	1621,5	1310,66	1613,53	42,39	53,26	43,4	54,27	164,87	209,8