02.04.2025г. Утверждаю Жукова О.В.

МБОУ « Березовская средняя общеобразовательная школа « структурное подразделение детский сад « Золотой ключик»

 Ежедневное меню ( 3 день)

|  |
| --- |
|  |
| блюдо | Вес блюда в г. | **К**алорийность |
| завтрак |  |  |
| Каша манная молочная | 200/5 | 168,24 |
| Какао с молоком | 200 | 134 |
| Бутерброд с повидлом | 45 | 156 |
|  |  |  |
| итого | 445 | 458,24 |
| 2 завтрак |  |  |
| Сок яблочный  | 200 | 91,6 |
| Печенье | 20 | 83,4 |
| обед |  |  |
| Суп крестьянский со сметаной | 200/5 | 115,1 |
| Голубцы ленивые | 200 | 337 |
| Кисель плодово – ягодный  | 200 | 113 |
| Хлеб пшеничный  | 60 | 135,6 |
| итого | 660 | 700,70 |
| ужин |  |  |
| Блинчики  | 100 | 185,45 |
| Чай с сахаром | 200 | 60 |
| яблоки | 100 | 86,4 |
|  | 400 | 331,85 |
|  |  |  |
| итого |  | 1574,19 |