06.05.2025г. Утверждаю: Жукова О.В.

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

 Ежедневное меню (10 день)

|  |
| --- |
|  |
| блюдо | Вес блюда в г. | **К**алорийность |
| завтрак |  |  |
| Каша гречневая рассыпчатая с маслом | 150 | 165,2 |
| Чай  | 200 | 107 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 40 | 136 |
| Сыр  | 15 | 54,55 |
| итого | 405 | 462,75 |
| 2 завтрак |  |  |
| Йогурт питьевой | 200 | 105,60 |
| обед |  |  |
| Щи из свежей капусты со сметаной | 200/20 | 114,52 |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 201,9 |
| Тефтели  | 80 | 168,98 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 131 |
| Хлеб пшеничный  | 40 | 93,52 |
| итого | 670 | 709,92 |
| ужин |  |  |
| Пирожки картофельные | 100 | 445,2 |
| чай | 200 | 40 |
| итого | 300 | 485,2 |
| итого |  | 1763,47 |