07.05.2025г. 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 | 200 | 165,2 |
| Чай  | 200 | 107 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 40 | 136 |
| итого | 440 | 408,2 |
| 2 завтрак |  |  |
| Сок яблочный  | 200 | 91,6 |
| обед |  |  |
| Щи из свежей капусты со сметаной | 200/10 | 156,83 |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 141 |
| Тефтели  | 80 | 100,25 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 131 |
| Хлеб пшеничный  | 60 | 135,6 |
| итого | 690 | 664,68 |
| ужин |  |  |
| Пирожки картофельные | 100 | 445,2 |
| чай | 200 | 60 |
| итого | 330 | 505,2 |
| итого |  | 1669,68 |