24.04.2025г. Утверждаю Жукова О.В.

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

 Ежедневное меню ( 4 день)

|  |
| --- |
|  |
| блюдо | Вес блюда в г. | **К**алорийность |
| завтрак |  |  |
| Каша пшенная жидкая | 200/5 | 241,56 |
| Какао с молоком | 200 | 134 |
| Бутерброд с сыром | 40 | 180 |
|  |  |  |
| итого | 440 | 555,56 |
| 2 завтрак |  |  |
| Сок яблочный | 200 | 91,6 |
| обед |  |  |
| Суп рыбный | 200 | 154,2 |
| Огурец свежий | 50 | 6 |
| Тефтели в соусе | 80 | 166,25 |
| Картофельное пюре | 150 | 139,24 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 131 |
| Хлеб | 40 | 90.4 |
| итого | 720 | 687,09 |
| ужин |  |  |
| Оладьи | 100 | 231 |
| Чай с сахаром | 200 | 45 |
| банан | 100 | 86,4 |
| итого | 400 | 362,4 |
| итого |  | 1512,65 |