29.04.2025г. Утверждаю Жукова О.В.

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

 Ежедневное меню (7день)

|  |
| --- |
|  |
| блюдо | Вес блюда в г. | **К**алорийность |
| завтрак |  |  |
| Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 200 | 280 |
| Чай  | 200 | 52,58 |
| Хлеб | 40 | 90.4 |
| Сыр Российский  | 15 | 54,5 |
| итого | 455 | 477,48 |
| 2 завтрак |  |  |
| Сок яблочный  | 200 | 91,6 |
| обед |  |  |
| Суп картофельный с горохом и гренками | 200/10 | 148,64 |
| Тефтели  | 80 | 168,98 |
| Гречка отварная | 150 | 278,25 |
| Кисель плодово – ягодный  | 200 | 113 |
| Хлеб пшеничный  | 40 | 90.4 |
| итого | 670 | 799,27 |
| ужин |  |  |
| Салат из капусты | 80 | 54,91 |
| Картофельное пюре | 150 | 141 |
| Чай с сахаром | 200 | 60 |
| Хлеб | 40 | 90.4 |
| апельсин | 100 | 98 |
| итого | 570 | 444,31 |
|  |  |  |
| итого |  | 1812,66 |