



Утверждаю:

Директор ГБОУ СОШ с. Малячкино

А.Ю. Янушевич
А.Ю. Янушевич

МЕНЮ

1 ДЕНЬ

«04» апреля 2022 г

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Выход (ясли)	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Каша молочная геркулесовая	150	5,3	8,2	18,00	165,0
2	Чай с сахаром	150	0,01	0,0	12,0	45,5
3	Бутерброд с маслом, сыром	25/5/9	2,09	5,0	10,32	92,06

2 ЗАВТРАК

1	Фрукты	95	0,5	0,00	11,00	44,0
---	--------	----	-----	------	-------	------

ОБЕД

1	Кукуруза консервированная	30	0,66	0,012	3,36	17,4
2	Суп с рыбными консервами (сайра)	180	11,47	0,54	8,3	94,86
3	Голубцы ленивые с капустой	130	15,57	16,10	13,4	261,8
4	Компот из сухофруктов	150	0,15	0,00	17,50	68,00
5	Хлеб ржаной	32	2,11	0,38	10,94	57,92

ПОЛДНИК

1	Омлет	110	6,40	8,50	2,68	113,0
2	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,9	14,94	78,6
3	Напиток из ягод шиповника	150	0,6	0,19	25,33	89,25

Итого за 1 день	46,61	51,53	188,94	1406
-----------------	-------	-------	--------	------

Утверждаю:
Директор ГБОУ СОШ с. Малячкино

Янушевич А.Ю. Янушевич

МЕНЮ

1 ДЕНЬ

«04» апреля 2022 г

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Выход (дошколь ники)	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Каша молочная геркулесовая	200	6,4	10,0	22,3	202,3
2	Чай с сахаром	180	0,0	0,0	14,9	56,8
3	Бутерброд с маслом, сыром	30/7/9	3,22	6,32	15,46	127,79

2 ЗАВТРАК

1	Фрукты	100	0,9	0,2	8,1	53,2
---	--------	-----	-----	-----	-----	------

ОБЕД

1	Кукуруза консервированная	50	0,77	0,14	3,92	20,3
2	Суп с рыбными консервами (сайра)	180	12,74	0,6	9,22	105,4
3	Голубцы ленивые с капустой	130	21,00	19,00	16,00	308,00
4	Компот из сухофруктов	70	0,17	0,00	21,10	82,30
5	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	72,40

ПОЛДНИК

1	Омлет	130	8,00	10,62	3,35	141,25
2	Хлеб пшеничный	35	2,7	1,05	17,43	91,7
3	Напиток из ягод шиповника	200	0,67	0,27	28,29	110,20

	Итого за 1 день	59,98	58,41	234,72	1679,35
--	-----------------	-------	-------	--------	---------