Ежедневное меню учащихся СП МАОУ "СОШ" р.п.Теплая Гора школы в р.п.Бисер
10.10.2022 дошкольная группа

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1
ЗАВТРАК						
Каша рисовая вязкая	150	4,92	12,20	28,77	245,30	8,90
Чай с сахаром	200	12,00	3,06	13,00	49,28	1,98
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	1,86
Сыр порционный	20	4,26	3,96	4,82	64,80	12,31
ОБЕД						
Рассольник со сметаной	200	3,92	7,10	12,32	129,42	13,83
Каша гречневая рассыпчатая	100	5,04	3,77	22,56	144,61	5,98
Биточки мясные паровые в сметанном соусе	70	8,46	7,88	3,84	118,29	21,75
Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	27,76	111,24	4,11
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	1,86
ПОЛДНИК						
Печенье	50	3,75	5,90	37,45	208,55	7,29
Какао-напиток на сгущеном молоке	200	2,44	2,58	3,00	44,54	8,57
УЖИН						
Суфле из овощей	150	7,04	11,44	22,59	221,96	15,22
Компот из яблок и изюма	200	0,16	0,04	18,66	71,94	6,48
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	1,86
Плоды свежие	70	0,76	0,17	6,80	36,12	7,70

Руководитель Толокнова Н.А.

(подпись) (расшифровка подписи)