



Утверждаю:

Директор МКОУ Ягодинская СОШ

О.А. Путилова


2024 года

## МЕНЮ

на 03.05.2024 год  
с 3 до 7 лет "Светлячок"

Школа	МКОУ Ягодинская СОШ			Отд./корп		День			1
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	262	Каша манная с маслом	180	9,23	199,24	5,73	6,90	28,55
	гор.напиток	496	Какао с молоком	180	7,99	129,60	3,24	2,97	22,50
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	40	2,28	94,00	3,04	0,32	19,68
		105	Масло сливочное	5	4,25	37,40	0,02	4,12	0,04
Завтрак 2	фрукты	518	Сок яблочный	100	10,80	55,00	0,50	0,00	0,00
Обед	закуска	51	Салат из свеклы отварной	60	6,26	53,40	0,90	3,30	5,04
	1 блюдо	132	Рассольник домашний с говядиной, сметаной	180	15,29	84,85	1,62	3,85	10,75
	2 блюдо	3	Котлета из говядины, соус томатный	100	30,04	219,88	12,78	13,37	12,09
		237	Каша гречневая рассыпчатая	130	11,84	219,31	7,40	6,80	32,14
	сладкое	529	Компот из апельсинов с яблоком	180	12,91	83,70	0,45	0,18	19,98
	хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный	40	2,28	94,00	3,04	0,32	19,68
	хлеб черн.	110	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,92	72,40	2,64	0,48	13,60
Полдник	сдоба	566	Булочка молочная	70	9,6	198,80	6,72	1,54	39,34
	напиток	502	Чай с сахаром	180	1,95	54,00	0,09	0,00	13,50
Ужин		107	Огурец соленый	60	9,76	11,70	0,72	0,09	1,53
		173	Картофель отварной	150	10,95	132,32	2,65	5,71	17,69
	напиток	502	Чай с сахаром	200	2,17	60,00	0,10	0,00	15,00
	хлеб черн.	110	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,34	36,20	1,32	0,24	6,80

хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный	20	1,14	47,00	1,52	0,16	9,84
итого по рациону дня:			1865		1882,8	54,48	50,35	287,75
стоимость детодня:				153				

Заведующий столовой  И.Ф. Брянцева