10

ГБОУ СОШ с. Пискалы СПДС "Колобок"

Меню Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	10.03.23
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			
Завтрак						
2	5	10	92	20/3	Бутерброд с маслом	-
5	6	27	179	200	Каша рисовая молочная	-
4	3	17	105	150	Какао на молоке	-
11	14	54	376			-
Второй завтрак						
1	-	9	41	80	Сок фруктовый	-
1	-	9	41			-
Обед						
-	3	2	40	40	Салат из квашеной капусты и яблок	-
3	1	6	48	150	Суп картофельный с рыбой	-
6	4	6	84	50	Биточки рыбные	-
3	5	28	162	100	Макароны отварные с маслом	-
-	1	2	21	30	Соус томатный	-
-	-	21	83	150	Кисель из свежих ягод	-
5	1	37	178	20/15	Хлеб пшеничный, ржаной	-
-	-	-	-	0,001	Лавровый лист	-
19	15	103	616			-
Уплотненный полдник						
1	-	9	45	20	Хлеб пшеничный	-
3	3	20	114	150	Рагу овощное	-
-	-	13	48	180	Чай с сахаром	-
-	-	-	-	10	Вафли	-
-	-	-	-	3	Соль	-
4	3	42	208			-
35	**33**	**209**	**1 240**			-

Руководитель Седых Е.Н.

Калькулятор Исаева И.В.

ГБОУ СОШ с. Пискалы ОГРН 1116382003858 ИНН 6382062920

10

ГБОУ СОШ с. Пискалы СПДС "Колобок"

Меню Сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	10.03.23.
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			
Завтрак						
3	6	15	128	30/3	Бутерброд с маслом	-
6	8	34	223	250	Каша рисовая молочная	-
4	4	20	127	180	Какао на молоке	-
14	18	70	478			-
Второй завтрак						
1	-	10	43	100	Сок фруктовый	-
1	-	10	43			-
Обед						
-	4	4	53	50	Салат из квашеной капусты и яблок	-
5	2	11	76	250	Суп картофельный с рыбой	-
12	6	9	141	75	Биточки рыбные	-
5	7	42	243	150	Макароны отварные с маслом	-
-	2	3	33	40	Соус томатный	-
-	-	21	83	150	Кисель из свежих ягод	-
6	1	46	220	25/20	Хлеб пшеничный, ржаной	-
-	-	-	-	0,002	Лавровый лист	-
29	23	135	848			-
Уплотненный полдник						
2	-	14	68	30	Хлеб пшеничный	-
3	4	24	136	180	Рагу овощное	-
-	-	14	53	200	Чай с сахаром	-
-	-	-	-	20	Вафли	-
-	-	-	-	5	Соль	-
5	4	52	258			-
49	**45**	**267**	**1 627**			**-**

Руководитель Седых Е.Н.

Калькулятор Исаева И.В.

ГБОУ СОШ с. Пискалы ОГРН 1116382003858 ИНН 6382062920