

**СОГЛАСОВАНО**

Руководитель СПДС «Солнышко»  
ГБОУ ООШ с. Большая Рязань  
Щечкина О.И.

**Меню на 21.09.2023.**

с 1 до 3 лет	День 9						
	Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
Белки				Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша «Дружба»	150	3,4	7,6	16,3	147	54
	Какао с молоком	150	2,7	2,5	18,7	108	69
	Бутерброд с маслом и сыром	30/4/10	3,61	5,4	9,75	106	62
<b>Итог за завтрак</b>			<b>9,71</b>	<b>15,5</b>	<b>44,75</b>	<b>361</b>	
	Кисломолочная продукция	140	4,35	4,8	6	88,5	63
<b>Итог за второй завтрак</b>			<b>4,35</b>	<b>4,8</b>	<b>6</b>	<b>88,5</b>	
Обед	Суп крестьянский с крупой и сметаной	150	1,45	4,46	8,97	81,78	86
	Горошница	130	4,2	2,3	12,5	113	211
	Суфле из кур	50	7,8	9,5	9,1	124,1	183
	Салат из свеклы	40	0,36	0,05	1,13	24,17	22
	Компот из свежих фруктов	150	0,14	0,07	31,44	60,24	33
	Хлеб ржаной	20	1,5	0,3	8	50	5
	Хлеб пшеничный	20	1,9	1	9	53	7
<b>Итог за обед</b>			<b>17,35</b>	<b>22,27</b>	<b>66,1</b>	<b>491</b>	
Уплотненный полдник с элементами ужина	Оладьи со сгущ. молоком	50/15	4,7	4,8	28,3	175,3	52
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	118
	Чай с сахаром	150	0	0	12	44,88	74
<b>Итог за ужин</b>			<b>5,1</b>	<b>5,2</b>	<b>50,1</b>	<b>267,18</b>	
<b>Итог за день</b>			<b>36,51</b>	<b>47,77</b>	<b>166,95</b>	<b>1207,68</b>	

**СОГЛАСОВАНО**

Руководитель СПДС «Солнышко»  
ГБОУ ООШ с. Большая Рязань  
Щечкина О.И.

**Меню на 21.09.2023.**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
			с 3 до 7 лет				
Завтрак	Каша «Дружба»	200	5,3	11,7	25,1	226,2	54
	Какао с молоком	180	3,2	3	22,5	129,6	69
	Бутерброд с маслом и сыром	30/5/14	5,06	7	14,62	145	62
Итог за завтрак			<b>13,56</b>	<b>21,7</b>	<b>62,22</b>	<b>500,8</b>	
	Кисломолочная продукция	150	4,35	4,8	6	88,5	63
Итог за второй завтрак			<b>4,35</b>	<b>4,8</b>	<b>6</b>	<b>88,5</b>	
Обед	Суп крестьянский с крупой и сметаной	180	1,81	5,87	10,87	103,44	86
	Горошница	150	46,3	3,5	18,8	170	211
	Суфле из кур	80	7,5	11,2	3,42	250,3	183
	Салат из свеклы	60	0,48	0,06	1,5	35,57	22
	Компот из свежих фруктов	200	0,21	0,1	41,68	73,08	33
	Хлеб ржаной	25	2	0,7	10	61	5
	Хлеб пшеничный	25	2,3	1	11,3	64,5	7
Итог за обед			<b>60,6</b>	<b>22,43</b>	<b>97,57</b>	<b>730,72</b>	
Уплотненный полдник с элементами ужина	Оладьи со сгущ. молоком	60/25	4,7	4,8	28,3	191,4	52
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	118
	Чай с сахаром	180	0,1	0	13,5	54	74
Итог за ужин			<b>5,2</b>	<b>5,2</b>	<b>51,6</b>	<b>292,4</b>	
Итог за день			<b>83,71</b>	<b>54,13</b>	<b>217,39</b>	<b>1612,42</b>	