

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ ООШ № 23 г. Сызрани

Мерс

А. М. Мерс

3 Меню на " 15 " Сентября 2025г

Наименование блюда	выход		ккал
	ясли	сад	ясли/сад
Завтрак			
Каша молочная манная	180	200	81/108
какао на молоке	150	200	64,5/96,81
бутерброд с маслом	<i>21</i>	<i>27</i>	85,9/138,3
Итого:			
Второй завтрак			
Сок фруктовый	<i>100</i>	<i>100</i>	68,7/68,7
Обед			
Свекольник со сметаной с мясом	200	250	107/214
Помидор свежий порционно	<i>40</i>	<i>50</i>	30,6/34
Котлета особая полуфабрикат	50	50	180/180
Пюре картофельное	130	150	72,2/142
компот из кураги	150	200	78,2/157
хлеб пшеничный	<i>30</i>	<i>42</i>	46,86/64,1
хлеб ржаной	<i>30</i>	<i>46</i>	52,0/87,0
Итого:			
Уплотненный полдник			
Омлет натуральный	65	85	146,54/195,38
чай с <i>сахаром</i>	150	200	24,6/48,14
Печенье			107/107
Итого:			
Итого за день:			
	Мед.сестра	<i>[подпись]</i>	
	Бухгалтер		