

УТВЕРЖДАЮ:
директора НРМОБУ
«Обь-Юганская СОШ»
Н.А.Фарукшина



МЕНЮ

На «17» октября 2024 год

№ п/п	Наименование блюд	ВЫХОД				кКал л.	ВЫХОД				кКал.
			б	ж	у			б	ж	у	
ЗАВТРАК		от 1,5 до 3-х лет					с 3-х до 7 лет				
1	Каша овсяная молочная	154	5,8	7,2	24,3	185	154	5,8	7,2	24,3	185
2	Бутерброд с маслом и сыром	45	6,7	9,6	13,2	167	70	9,7	9,9	30,8	254
3	Какао с молоком	150	2,4	2,3	10,2	69	200	3,2	3,1	13,5	93
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		от 1,5 до 3-х лет					с 3-х до 7 лет				
1	Сок фруктовый	100	0,4	0,3	11,0	50	100	0,4	0,3	11,0	50
ОБЕД		от 1,5 до 3-х лет					с 3-х до 7 лет				
1	Суп картофельный с бобовыми	150	4,5	2,6	17,7	114	200	6,1	3,5	23,8	153
2	Картофель отварной с маслом	120	2,4	3,7	16,1	109	150	3,1	4,6	20,1	137
3	Рыба, тушеная с овощами	90	14,2	6,9	2,8	130	120	18,9	9,2	3,8	173
4	Чай с лимоном и сахаром	150	0,1	0,02	4,6	18	200	0,1	0,03	9,1	25
5	Хлеб пшеничный	45	4,3	1,8	17,4	110	45	4,3	1,8	17,4	110
ПОЛДНИК		от 1,5 до 3-х лет					с 3-х до 7 лет				
1	Печенье	25	2,1	3,5	16,8	108	25	2,1	3,5	16,8	108
2	Молоко	150	4,2	6,0	7,1	99	200	5,6	8,0	9,4	132
УЖИН		от 1,5 до 3-х лет					с 3-х до 7 лет				
1	Запеканка капустная	100	3,4	7,8	14,3	142	150	5,1	11,7	21,5	214
2	Кисель	150	-	-	15,0	57	200	-	-	20,0	76

Калькулятор: Зима Е.С.