

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



МЕНЮ

На «26» сентября 2024 год

№ п/п	Наименование блюд	ВЫХОД	б	ж	у	кКал л.	ВЫХОД	б	ж	у	кКал.
ЗАВТРАК		от 1,5 до 3-х лет					с 3-х до 7 лет				
1	Каша кукурузная молочная	154	4,7	6,1	25,1	174	154	4,7	6,1	25,1	174
2	Бутерброд с маслом	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	Киви	100	0,8	0,4	8,1	47	100	0,8	0,4	8,1	47
ОБЕД		от 1,5 до 3-х лет					с 3-х до 7 лет				
1	Суп из овощей	150	1,2	2,6	6,5	55	200	1,5	3,4	8,6	72
2	Каша рисовая рассыпчатая	154	3,7	3,6	37,6	201	154	3,7	3,6	37,6	201
3	Рыба, тушеная в томате 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	0,03	4,7	19	200	0,2	0,03	9,3	37
5	Овощная нарезка	100	0,8	0,1	2,8	11	100	0,8	0,1	2,8	11
6	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	Бутерброд с повидлом	50	1,6	5,1	22,6	141	80	2,4	7,5	36,9	222
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	Омлет натуральный с сыром	63	5,8	9,5	1,1	113	94	8,7	13,8	1,6	165
2	Кисель	150	-	-	15,0	57	200	-	-	20,0	76
3											
4											
5											

Калькулятор: Зима Е.С.