

Сезон: весна-лето

Утверждено:
 Руководитель-С/П "детский сад "Росинка"
 ГБОУ СОШ № 4 п.г.т. Безенчук
 О.Ю. Гурова

Меню 16 мая 2024 г. (неделя 1, день 4)

Прием пищи	Наименование блюда	Если (10,5 ч.)						Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Пищевые вещества			Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры									
		Б	Ж	У								Б	Ж	У		
Завтрак 1																
	Каша молочная вязкая из смеси круп (рис, пшено) с курагой	4,3	2,7	32,0	150	170,0	182	200	5,8	3,6	42,7	226,6	182			
	Кофейный напиток с молоком	2,68	2,01	21,15	150	113,8	414	180	3,2	2,4	25,5	136,6	414			
	Бутерброд с маслом	3,4	16,2	11,06	25/5	113,04	3	30/7/10	4,8	9,09	13,14	147,6	3			
Итого за завтрак		10,38	20,91	64,21		396,84			13,8	15,09	81,34	510,8				
Завтрак 2	Сок пакетированный	0,54	0	10,1	100	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2				
Обед	Салат из свежлы отварной	0,48	1,8	3,3	30	31,2	0,48	50	0,8	3,0	5,5	52,0	24			
	Суп картофельный с клёцками на курином бульоне со сметаной	2,2	2,4	10,1	150	71,8	2,2	200	3,0	3,3	13,5	95,8	91			
	Жаркое по домашнему с курицей	15,5	7,13	19,2	160	203,8	15,5	200	19,5	8,9	24,0	254,75	284			
	Компот из с/фруктов	0,06	0	16,4	150	65,7	0,06	180	0,07	0	19,6	78,8	394			
	Хлеб пшеничный	2,02	0,32	10,9	25	55,25	2,02	30	2,43	0,39	13,08	66,3				
	Хлеб ржаной	1,98	0,36	13,6	30	54,3	1,98	40	2,64	0,48	18,12	72,4				
Итого за обед		22,24	12,01	73,5		482,05	22,24		28,44	16,07	93,8	620,05				
Полдник	Лепешки с творогом	11,35	9,89	26,61	130	241,38	226	150	13,31	11,66	31,2	283,0	226			
	Кисель (соус)	0,08	0	2,25	20	9,53	517	30	1,22	0	3,38	14,3	517			
	Чай с сахаром	0,08	0	12,44	170	49,76	411	200	0,09	0	15,3	58,5	411			
Итого за полдник		11,51	9,89	41,30		300,67			14,62	11,66	49,88	355,8				
Итого за день		44,67	42,81	189,11		1221,76			57,4	42,82	235,12	1528,85				

