

Сезон: весна-лето

Утверждаю:

Руководитель слп "детский сад "Росинка"  
ГБОУ СОШ № 4 п.г.т.Безенчук  
О.Ю.Гурова

Меню 21 мая 2024 г. (неделя 2, день 7)



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда			Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)			№ рецептуры	
		Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)			
			Б	Ж			У	Б		Ж		У
<b>Завтрак 1</b>												
	Каша молочная вязкая рисовая	150	5,3	9,8	48,0		200	7,0	13,0	64,0	7,0	182
	Чай с сахаром	150	0,07	0	10,9		180	0,08	0	13,1	0,08	411
	Бутерброд с маслом	25/5	2,04	4,42	10,94		30/7	2,5	6,2	13,14	2,5	1
<b>Итого за завтрак</b>			<b>7,41</b>	<b>14,22</b>	<b>69,84</b>			<b>9,58</b>	<b>19,2</b>	<b>90,24</b>	<b>9,58</b>	
<b>Завтрак 2</b>												
	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1		100	0,54	0	10,1	42,2	
	Икра кабачковая	30	0,42	1,44	2,55		50	0,56	1,92	3,4	33,2	445
	Щи из свежей капусты с картофелем и фасолью на курином бульоне со сметаной	150	0,96	2,95	6,9		200	1,28	3,9	9,2	77,4	73
	Птица отварная	50	10,6	10,3	0,8		70	14,9	14,5	1,14	194,7	299
	Макароны отварные	110	3,96	4,62	26,84		130	4,68	5,46	31,72	195,0	199
	Соус сметанный с томатом	20	0,36	1,04	1,53		30	0,54	1,56	2,29	25,5	373
	Компот из с/фруктов	150	0,06	0	16,4		180	0,07	0	19,6	78,8	394
	Хлеб пшеничный	25	2,02	0,32	10,9		30	2,43	0,39	13,08	66,3	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,6		40	2,64	0,48	18,12	72,4	
<b>Итого за обед</b>			<b>20,36</b>	<b>21,03</b>	<b>79,52</b>			<b>27,1</b>	<b>28,21</b>	<b>98,55</b>	<b>743,3</b>	
<b>Полдник</b>												
	Плошка с сахаром	70	5,25	9,24	43,63		80	6,3	10,56	48,72	313,6	424
	Кисло-молочный напиток	160	4,48	5,12	6,56		180	5,04	5,76	7,4	101,7	420
<b>Итого за полдник</b>			<b>9,73</b>	<b>14,36</b>	<b>50,19</b>			<b>11,34</b>	<b>16,32</b>	<b>56,12</b>	<b>415,3</b>	
<b>Итого за день</b>												
			<b>38,04</b>	<b>49,61</b>	<b>209,65</b>			<b>48,56</b>	<b>63,73</b>	<b>255,01</b>	<b>1800,3</b>	