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

Сезон: весна-лето

Меню 13 июня 2024 г. (неделя 1, день 4)

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли (10,5 ч.)						Сад (10,5 ч.)					
		Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У				Б	Ж	У		
Завтрак 1													
	Каша молочная вязкая из смеси круп (рис, пшено) с курагой	150	4,3	2,7	32,0	170,0	182	200	5,8	3,6	42,7	226,6	182
	Кофейный напиток с молоком	150	2,68	2,01	21,15	113,8	414	180	3,2	2,4	25,5	136,6	414
	Бутерброд с маслом	25/5	3,4	16,2	11,06	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	100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2	
Обед	Салат из свеклы отварной	30	0,48	1,8	3,3	31,2	0,48	50	0,8	3,0	5,5	52,0	24
	Суп картофельный с клёцками на курином бульоне со сметаной	150	2,2	2,4	10,1	71,8	2,2	200	3,0	3,3	13,5	95,8	91
	Жаркое по домашнему с курицей	160	15,5	7,13	19,2	203,8	15,5	200	19.5	8,9	24,0	254,75	284
	Компот из с/фруктов	150	0,06	0	16,4	65,7	0,06	180	0,07	0	19,6	78,8	394
	Хлеб пшеничный	25	2,02	0,32	10,9	55,25	2,02	30	2,43	0,39	13,08	66,3	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,6	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	Лапшевник с творогом	130	11,35	9,89	26,61	241,38	226	150	13,31	11,66	31,2	283,0	226
	Кисель (соус)	20	0,08	0	2,25	9,53	517	30	1,22	0	3,38	14,3	517
	Чай с сахаром	170	0,08	0	12,44	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	