

Сезон: весна-лето

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

Меню 05 июля 2024 г. (неделя 1, день 5)

Прием пищи	Наименование блюда	Если (10,5 ч.)			Сад (10,5 ч.)			Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры		
		Пищевые вещества			Пищевые вещества									
		Б	Ж	У	Б	Ж	У							
Завтрак 1														
	Каша молочная вязкая яичневая	150	6,4	10,0	47,0		200	304,4	182	8,5	13,4	62,7	405,8	182
	Какао с молоком	150	2,8	2,4	20,0		180	113,1	416	3,38	2,88	24,0	135,7	416
	Бутерброд с маслом	25/5	2,04	4,42	10,94		30/7	92,6	3	2,5	6,2	13,1	136,0	3
Итого за завтрак			11,24	16,82	77,94			527,7		14,38	22,48	99,8	677,5	
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1		100	42,2		0,54	0	10,1	42,2	
Обед	Салат из репчатого лука с зеленым горошком	30	0,61	1,97	1,5		50	29,9	52	1,02	3,28	2,5	49,8	52
	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне со сметаной	150	1,59	1,66	14,5		200	79,5	88	2,1	2,22	19,3	106,0	88
	Голубцы ленивые	160	13,5	12,6	10,2		200	208,9	315	16,9	15,8	12,8	261,2	315
	Соус сметанный с томатом	20	0,36	1,04	1,53		30	17,0	373	0,54	1,56	2,29	25,5	373
	Компот из с/фруктов	150	0,06	0	16,4		180	65,7	394	0,07	0	19,6	78,8	394
	Хлеб пшеничный	25	2,02	0,32	10,9		30	55,25		2,43	0,39	13,08	66,3	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,6		40	54,3		2,64	0,48	18,12	72,4	
Итого за обед			20,12	17,95	68,63			510,55		25,7	23,73	87,69	660	
Полдник	Кондитерские изделия	40	3,14	2,63	21,94		70	138,29	263	5,5	4,6	38,4	242,0	263
	Чай с сахаром	170	0,08	0	12,44		200	49,76	411	0,09	0	14,6	58,5	411
Итого за полдник			3,22	2,63	34,38			188,05		5,59	4,6	53,0	300,5	
Итого за день			35,12	37,4	191,05			1268,5		46,21	50,81	250,59	1680,2	