

Сезон: весна-лето

Утверждено:
 Руководитель СП "Детский сад "Росинка"
 ГБОУ СОШ № 4 п.г.т.Безенчук
 О.Ю.Гурова

Меню 10 июля 2024 г. (неделя 2, день 9)

Приемы пищи	Наименование блюда	Ясли (10,5 ч.)			Сад (10,5 ч.)			№ рецептур					
		Вес блюда	Пищевые вещества		Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)				
			Б	Ж		У	Б			Ж	У		
Завтрак 1	Каша молочная вязкая геркулесовая	150	6,7	11,9	45,3	315,8	182	200	8,9	15,9	60,4	421,0	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	15/5/6	2,6	6,05	6,7	81,6	1	20/7/10	3,9	8,9	8,8	116,2	1
Итого за завтрак			11,98	19,96	73,15	511,2			16,0	27,1	94,7	673,8	
Завтрак 2	Сок пастиризованный	100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2	
	Салат из свежлы отварной	30	0,4	1,8	3	27,6	52	50	0,6	3,09	3,89	46,05	52
	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	150	1,0	2,9	9,1	67,3	63	200	1,4	3,9	12,1	89,8	83
Обед	Кнели из кур с рисом	160	7,1	10,7	3,6	140,0	327	200	9,9	1,5	5,1	196,0	327
	Картофель тушеный с овощами/гороховое пюре	110	2,42	8,36	20,9	168	312	130	11,06	4,5	36	229	306
	Соус сметанный с томатом	20	0,06	0	16,4	65,7	373	30	0,07	0	19,6	78,8	373
Итого за обед													
	Хлеб пшеничный	150	1,62	0,32	10,9	44,2	394	180	0,07	0	19,6	78,8	394
	Хлеб ржаной	20	1,98	0,36	13,6	54,3		20	1,62	0,26	8,72	44,2	
Итого за полдник			14,58	24,44	77,5	567,1			27,29	13,73	103,53	756,25	
Итого за обед			5,18	5,32	7,0	96,6							
	Рыба запеченная в молочн. соусе	70	1,21	0,19	6,54	33,15	265	80	5,92	6,08	8,0	110,4	265
	Чай с сахаром	170	6,47	5,51	186,73	1300,01	411	200	0,09	0	14,6	58,5	411
Итого за день			36,28	49,18	198,4	1368,11			51,46	47,17	239,65	1685,35	