

Сезон: осень-зима

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



Меню 11 июля 2024 г. (неделя 2, день 9)

Прием пищи	Наименование блюда	Если (10,5 ч.)						Сад (10,5 ч.)								
		Пищевые вещества		Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Веса	Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Вес	Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж					У	Б				Ж	У		
Завтрак 1																
	Каца молочная вязкая из гречневой крупы	6,2	8,4	37,7	252,2	150	182				200	8,2	11,2	50,9	336,0	182
	Какао с молоком	2,8	2,4	20,0	113,1	150	416				180	3,38	2,88	24,0	155,7	416
	Бутерброд с маслом	3,4	6,16	11,08	113,04	25/5/6	3				30/7/10	4,8	9,1	13,1	147,6	3
Итого за завтрак		12,4	16,96	68,78	478,34							15,88	23,18	88,0	619,3	
Завтрак 2	Сок пакетированный	0,54	0	10,1	42,2	100					100	0,54	0	10,1	42,2	
Обед	Салат из квашеной капусты	0,48	1,8	3,3	31,2	30	63				50	0,8	2,45	5,5	47,5	
	Суп картофельный с крупой (пишено) на мясном бульоне со сметаной	1,4	1,68	14,6	79,3	150					200	1,8	2,24	19,5	105,8	63
	Котлета рыбная	7,1	1,4	4,3	57,9	50	271				70	9,94	1,96	6,02	81,0	271
	Картофельное пюре	2,64	4,95	17,38	124,3	110	337				130	3,12	11,44	22,35	204,88	337
	Компот из с/фруктов	0,06	0	16,4	65,7	150	394				180	0,07	0	19,6	78,8	394
	Хлеб пшеничный	2,02	0,32	10,9	55,25	25					30	2,43	0,39	13,08	66,3	
	Хлеб ржаной	1,98	0,36	13,6	54,3	30					40	2,64	0,48	18,12	72,4	
Итого за обед		15,68	15,24	82,01	467,95							20,8	18,96	104,17	656,68	
Полдник	Ватрушка с творогом	9,22	5,48	29,15	202,0	70	226				80	9,22	6,48	29,18	230,0	226
	Чай с сахаром	0,08	-	12,44	49,76	170	411				200	0,09	0	14,6	58,5	411
Итого за полдник		9,3	5,48	41,59	251,76							9,31	6,48	43,78	288,5	
Итого за день		37,92	37,68	203,48	1240,25							46,53	48,62	246,05	1606,68	