

Меню 05 сентября 2024 г. (неделя 1, день 4)

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



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Если (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Вес блюда	Сад (10,5 ч.)			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
		150	2,68	2,01	21,15	113,8	414	180	3,2	2,4	25,5	136,6	414
		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	
		30	0,48	1,8	3,3	31,2	0,48	50	0,8	3,0	5,5	52,0	24
Обед	Суп картофельный с клёйками 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
		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	Паштетник с творогом	130	11,35	9,89	26,61	241,38	226	150	13,31	11,66	31,2	283,0	226
		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	