

Сезон: осень

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



Меню 06 сентября 2024 г. (неделя 1, день 5)

Прием пищи	Наименование блюда	Если (10,5 ч.)						Сад (10,5 ч.)								
		Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	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 ячневая	150	6,4	10,0	47,0	304,4	182	200	8,5	13,4	62,7	405,8	182			
	Какао с молоком	150	2,8	2,4	20,0	113,1	416	180	3,38	2,88	24,0	135,7	416			
	Бутерброд с маслом	25/5	2,04	4,42	10,94	92,6	3	30/7	2,5	6,2	13,1	136,0	3			
Итого за завтрак																
		100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2				
Обед																
	Салат из репчатого лука с зеленым горошком	30	0,61	1,97	1,5	29,9	52	50	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	79,5	88	200	2,1	2,22	19,3	106,0	88			
	Голубцы ленивые	160	13,5	12,6	10,2	208,9	315	200	16,9	15,8	12,8	261,2	315			
	Соус сметанный с томатом	20	0,36	1,04	1,53	17,0	373	30	0,54	1,56	2,29	25,5	373			
	Компот из с/фруктов	150	0,06	0	16,4	65,7	394	180	0,07	0	19,6	78,8	394			
	Хлеб пшеничный	25	2,02	0,32	10,9	55,25		30	2,43	0,39	13,08	66,3				
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,6	54,3		40	2,64	0,48	18,12	72,4				
Итого за обед																
		40	3,14	2,63	21,94	138,29	263	70	5,5	4,6	38,4	242,0	263			
Полдник																
	Кондитерские изделия	170	0,08	0	12,44	49,76	411	200	0,09	0	14,6	58,5	411			
	Чай с сахаром															
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				