

Сезон: осень

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

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

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли (10,5 ч.)				Сад (10,5 ч.)													
		Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность (ккал)	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 пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2			100	0,54	0	10,1	42,2						
Обед	Салат из свеклы 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					
	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					
	Компот из с/фруктов	150	1,62	0,32	10,9	44,2	394		180	0,07	0	19,6	78,8	394					
	Хлеб пшеничный	20	1,98	0,36	13,6	54,3			20	1,62	0,26	8,72	44,2						
	Хлеб ржаной	30	14,58	24,44	77,5	567,1			40	2,64	0,48	18,12	72,4						
Итого за обед			5,18	5,32	7,0	96,6				27,29	13,73	103,53	756,25						
Полдник	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					
	Хлеб пшеничный	15	0,08	0	12,44	49,76			20	1,62	0,26	8,72	44,2						
	Чай с сахаром	170	6,47	5,51	25,98	179,51	411		200	0,09	0	14,6	58,5	411					
Итого за полдник			33,57	49,91	186,73	1300,01				7,63	6,34	31,32	213,1						
Итого за день			36,28	49,18	198,4	1368,11				51,46	47,17	239,65	1685,35						