

Сезон: осень

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

Меню 12 сентября 2024 г. (неделя 2, день 9)

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли (10,5 ч.)			Сад (10,5 ч.)								
		Вес блюда	Пищевые вещества		Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетич № рецепт уры					
			Б	Ж		У	Б		Ж	У			
Завтрак 1	Каши молочная вязкая из гречневой крупы	150	6,2	8,4	37,7	252,2	182	200	8,2	11,2	50,9	336,0	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	25/5/6	3,4	6,16	11,08	113,04	3	30/7/10	4,8	9,1	13,1	147,6	3
<b>Итого за завтрак</b>			<b>12,4</b>	<b>16,96</b>	<b>68,78</b>	<b>478,34</b>			<b>15,88</b>	<b>23,18</b>	<b>88,0</b>	<b>619,3</b>	
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2	
	Салат из квашеной капусты	30	0,48	1,8	3,3	31,2		50	0,8	2,45	5,5	47,5	
	Суп картофельный с крупой (пишено) на мясном бульоне со сметаной	150	1,4	1,68	14,6	79,3	63	200	1,8	2,24	19,5	105,8	63
Обед	Котлета рыбная	50	7,1	1,4	4,3	57,9	271	70	9,94	1,96	6,02	81,0	271
	Картофельное пюре	110	2,64	4,95	17,38	124,3	337	130	3,12	11,44	22,35	204,88	337
	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	
<b>Итого за обед</b>			<b>15,68</b>	<b>15,24</b>	<b>82,01</b>	<b>467,95</b>			<b>20,8</b>	<b>18,96</b>	<b>104,17</b>	<b>656,68</b>	
Полдник	Ватрушка с творогом	70	9,22	5,48	29,15	202,0	226	80	9,22	6,48	29,18	230,0	226
	Чай с сахаром	170	0,08	-	12,44	49,76	411	200	0,09	0	14,6	58,5	411
<b>Итого за полдник</b>			<b>9,3</b>	<b>5,48</b>	<b>41,59</b>	<b>251,76</b>			<b>9,31</b>	<b>6,48</b>	<b>43,78</b>	<b>288,5</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>37,92</b>	<b>37,68</b>	<b>202,48</b>	<b>1240,25</b>			<b>46,53</b>	<b>48,62</b>	<b>246,05</b>	<b>1606,68</b>	