

Сезон: осень

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

Меню 19 сентября 2024 г. (неделя 1, день 4)

| Прием пищи | Наименование блюда | Ясли (10,5 ч.) | | | | | | Вес блюда | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры | Вес блюда | Пищевые вещества | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры | Энергетическая ценность (ккал) | | | |
|-------------------------|------------------------------------------------------------|------------------|--------------|---------------|--------------------------------|--------------|-----------|--------------|--------------------------------|---------------|----------------|------------------|--------------------------------|-------------|--------------------------------|------------------|--------------------------------|-------------|
| | | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры | Вес блюда | | | | | | | | | Пищевые вещества | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
| | | Б | Ж | У | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Каши молочная вязкая из смеси круп (рис, пшено) с курагой | 4,3 | 2,7 | 32,0 | 170,0 | 182 | 200 | 5,8 | 3,6 | 42,7 | 226,6 | 182 | | | | | | |
| | Кофейный напиток с молоком | 2,68 | 2,01 | 21,15 | 113,8 | 414 | 180 | 3,2 | 2,4 | 25,5 | 136,6 | 414 | | | | | | |
| | Бутерброд с маслом | 3,4 | 16,2 | 11,06 | 113,04 | 3 | 307/110 | 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 | 0,54 | 0 | 10,1 | 42,2 | | 100 | 0,54 | 0 | 10,1 | 42,2 | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Салат из свежлы отварной | 0,48 | 1,8 | 3,3 | 31,2 | 0,48 | 50 | 0,8 | 3,0 | 5,5 | 52,0 | 24 | | | | | | |
| | Суп картофельный с клёцками на курином бульоне со сметаной | 2,2 | 2,4 | 10,1 | 71,8 | 2,2 | 200 | 3,0 | 3,3 | 13,5 | 95,8 | 91 | | | | | | |
| | Жаркое по домашнему с курицей | 15,5 | 7,13 | 19,2 | 203,8 | 15,5 | 200 | 19,5 | 8,9 | 24,0 | 254,75 | 284 | | | | | | |
| | Компот из с/фруктов | 0,06 | 0 | 16,4 | 65,7 | 0,06 | 180 | 0,07 | 0 | 19,6 | 78,8 | 394 | | | | | | |
| | Хлеб пшеничный | 2,02 | 0,32 | 10,9 | 55,25 | 2,02 | 30 | 2,43 | 0,39 | 13,08 | 66,3 | | | | | | | |
| | Хлеб ржаной | 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 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Лавашник с творогом | 11,35 | 9,89 | 26,61 | 241,38 | 226 | 150 | 13,31 | 11,66 | 31,2 | 283,0 | 226 | | | | | | |
| | Кисель (соус) | 0,08 | 0 | 2,25 | 9,53 | 517 | 30 | 1,22 | 0 | 3,38 | 14,3 | 517 | | | | | | |
| | Чай с сахаром | 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 | | | | | | | |