

Сезон: осень

Утверждено:
 Руководитель СП "Детский сад "Росника"
 ГБОУ СОШ № 4 п.г.т. Безенчук
 О.Ю. Гурова

Меню 02 октября 2024 г. (неделя 1, день 3)

Прием пищи	Наименование блюда	Если (10,5 ч.)			Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Пищевые вещества			Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Пищевые вещества						Пищевые вещества					
		Б	Ж	У				Б	Ж	У			
Завтрак 1													
	Суп молочный с макаронными изделиями	2,5	2,9	12,42	150	85,6	100	3,4	3,9	16,6	114,2	100	
	Какао с молоком	2,8	2,4	20,0	150	113,1	416	2,38	2,88	24,0	135,7	416	
	Бутерброд с маслом	1,23	4,3	6,6	15/5	73,5	1	1,65	6,06	8,8	99,9	1	
Итого за завтрак		6,53	9,6	39,02		272,2		7,43	12,84	49,4	349,1		
Завтрак 2	Сок пакетированный	0,54	0	10,1	100	42,2		0,54	0	10,1	42,2		
Обед	Салат из квашеной капусты	0,48	1,47	3,3	30	28,5	47	1,2	3,4	2,16	44,0	47	
	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	1,0	2,9	9,1	150	67,3	63	1,4	3,9	12,1	89,8	63	
	Плов из птицы	15,8	20,2	22,5	160	348,0	321	19,8	25,3	32,1	436,0	321	
	Компот из с/фруктов	0,06	0	16,4	150	65,7	394	0,07	0	19,6	78,8	394	
	Хлеб пшеничный	1,62	0,32	10,9	20	44,2		1,62	0,26	8,72	44,2		
	Хлеб ржаной	1,98	0,36	13,6	30	54,3		2,64	0,48	18,12	72,4		
Итого за обед		20,94	25,25	75,8		619,05		26,33	32,44	96,14	768,7		
Полдник	Суфле рыбное	8,58	4,0	2,08	50	79,42	283	12,02	5,6	2,92	111,1	283	
	Чай с сахаром	0,08	0	12,44	170	49,76	411	0,09	0	14,6	58,5	411	
	Хлеб пшеничный	1,21	0,19	6,64	15	33,15		1,62	0,26	8,72	44,2		
Итого за полдник		9,87	4,19	21,16		162,33		13,73	5,86	26,24	213,8		
Итого за день		37,88	39,04	146,08		1095,78		48,03	51,14	181,88	1373,8		