Сезон: осень

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

Меню 03 октября 2024 г. (неделя 1, день 4)

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли (10,5 ч.)						Сад (10,5 ч.)					
		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 из смеси круп (рис, пшено) с курагой	150	4,3	2,7	32,0	170,0	182	200	5,8	3,6	42,7	226,6	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	25/5	3,4	16,2	11,06	113,04	3	30/7/10	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	100	**0,54**	**0**	**10,1**	**42,2**		100	**0,54**	**0**	**10,1**	**42,2**	
Обед	Салат из свеклы отварной	30	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	150	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	160	15,5	7,13	19,2	203,8	15,5	200	19.5	8,9	24,0	254,75	284
	Компот из с/фруктов	150	0,06	0	16,4	65,7	0,06	180	0,07	0	19,6	78,8	394
	Хлеб пшеничный	25	2,02	0,32	10,9	55,25	2,02	30	2,43	0,39	13,08	66,3	
	Хлеб ржаной	30	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	Лапшевник с творогом	130	11,35	9,89	26,61	241,38	226	150	13,31	11,66	31,2	283,0	226
	Кисель (соус)	20	0,08	0	2,25	9,53	517	30	1,22	0	3,38	14,3	517
	Чай с сахаром	170	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**	