

Сезон: осень

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



Меню 04 октября 2024 г. (неделя 1, день 5)

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли (10,5 ч.)			Сад (10,5 ч.)			№ рецептур					
		Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)				
			Б	Ж			У			Б	Ж	У	
Завтрак 1													
	Каша молочная вязкая ячневая	150	6,4	10,0	47,0	304,4	182	200	8,5	13,4	62,7	405,8	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	2,04	4,42	10,94	92,6	3	30/7	2,5	6,2	13,1	136,0	3
Итого за завтрак			11,24	16,82	77,94	527,7			14,38	22,48	99,8	677,5	
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2	
Обед	Салат из репчатого лука с зеленым горошком	30	0,61	1,97	1,5	29,9	52	50	1,02	3,28	2,5	49,8	52
	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне со сметаной	150	1,59	1,66	14,5	79,5	88	200	2,1	2,22	19,3	106,0	88
	Голубцы ленивые	160	13,5	12,6	10,2	208,9	315	200	16,9	15,8	12,8	261,2	315
	Соус сметанный с томатом	20	0,36	1,04	1,53	17,0	373	30	0,54	1,56	2,29	25,5	373
	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	
Итого за обед			20,12	17,95	68,63	510,55			25,7	23,73	87,69	660	
Полдник	Кондитерские изделия	40	3,14	2,63	21,94	138,29	263	70	5,5	4,6	38,4	242,0	263
	Чай с сахаром	170	0,08	0	12,44	49,76	411	200	0,09	0	14,6	58,5	411
Итого за полдник			3,22	2,63	34,38	188,05			5,59	4,6	53,0	300,5	
Итого за день			35,12	37,4	191,05	1268,5			46,21	50,81	250,59	1680,2	