

Сезон: осень

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

Меню 11 октября 2024 г. (неделя 2, день 10)

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															
	Омлет натуральный	120	10,9	22,3	11,5	289,6	229	130	11,8	23,9	12,5	313,7	229		
	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	2,04	4,42	10,94	110,2	3	30/7	2,5	6,2	13,14	136,0	3		
Итого за завтрак			15,62	28,73	43,59	513,6			17,5	32,5	51,14	586,3			
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	30	0,4	1,2	4	28,7	11	50	0,9	0,05	11,4	49,5	11		
	Суп картофельный с крупой (рис) и томатом на мясном бульоне со сметаной	150	1,32	1,69	12,34	69,9	86	200	1,76	2,26	16,46	93,2	86		
	Капуста тушеная с мясом	160	3,2	5,76	16,96	132,8	354	200	4,0	7,2	21,2	166,0	354		
	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			8,98	9,33	74,2	406,65			11,8	10,38	99,86	526,2			
Полдник	Кондитерские изделия	40	3,14	2,63	21,94	138,29		70	5,5	4,6	38,4	242,0			
	Чай с молоком	170	1,1	1,3	14,0	72,0	420	200	1,3	1,5	16,4	84,6	420		
Итого за полдник			4,24	3,93	35,94	210,3			6,8	6,1	54,8	326,6			
Итого за день			29,38	41,99	163,83	1172,75			36,64	48,98	215,9	1481,3			