

Сезон: осень

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



Меню 26 сентября 2024 г. (неделя 2, день 9)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда			Пищевые вещества			Если (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевые вещества	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У	Б	Ж	У	Б	Ж	У								
Завтрак 1																		
	Каши молочная вязкая из гречневой крупы	150	6,2	8,4	37,7	252,2	182	200	8,2	11,2	50,9	336,0	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	25/5/6	3,4	6,16	11,08	113,04	3	30/7/10	4,8	9,1	13,1	147,6	3					
Итого за завтрак			12,4	16,96	68,78	478,34			15,88	23,18	88,0	619,3						
Завтрак 2	Сок пакеированный	100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2						
Обед	Салат из квашеной капусты	30	0,48	1,8	3,3	31,2		50	0,8	2,45	5,5	47,5						
	Суп картофельный с крупной (пишено) на мясном бульоне со сметаной	150	1,4	1,68	14,6	79,3	63	200	1,8	2,24	19,5	105,8	63					
	Котлета рыбная	50	7,1	1,4	4,3	57,9	271	70	9,94	1,96	6,02	81,0	271					
	Картофельное пюре	110	2,64	4,95	17,38	124,3	337	130	3,12	11,44	22,35	204,88	337					
	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			15,68	15,24	82,01	467,95			20,8	18,96	104,17	656,68						
Полдник	Ватрушка с творогом	70	9,22	5,48	29,15	202,0	226	80	9,22	6,48	29,18	230,0	226					
	Чай с сахаром	170	0,08	-	12,44	49,76	411	200	0,09	0	14,6	58,5	411					
Итого за полдник			9,3	5,48	41,59	251,76			9,31	6,48	43,78	288,5						
Итого за день			37,92	37,68	202,48	1240,25			46,53	48,62	246,05	1606,68						