

Сезон: зима

Утверждено:

Утверждаю:

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

Меню 03 января 2025 г. (неделя I, день I)

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 I																	
	Каша молочная жидкая манная	150	4,1	7,7	29,6	204,5	199	200	5,5	10,3	39,4	272,0	199				
	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	110,2	1	30/7	2,5	6,2	13,14	136,0	1				
Итого за завтрак			8,94	14,52	60,54	427,8			11,38	19,38	76,54	543,7					
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2					
Обед																	
	Суп из овощей с горошком зеленым на курином бульоне со сметаной	150	1,05	2,96	8,55	64,95	99	200	3,03	3,94	11,4	86,6	99				
	Суфле куриное	50	8,75	11,75	1,75	147,5	285	70	12,25	16,45	12,45	205,0	285				
	Гарнир из крупы (гречка)	110	3,35	4,0	18,5	122,1		130	3,9	4,7	21,8	144	3				
	Соус томатный	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			17,97	21,63	75,23	555,5			25,46	29,52	105,44	726,6					
Полдник																	
	Ватрушка с джемом	70	5,92	1,3	40,2	188,5	437	80	4,48	1,49	45,9	215,4	437				
	Чай с сахаром	170	0,08	-	12,44	49,76	411	200	0,09	-	14,6	58,5	411				
Итого за полдник			6,0	1,3	52,64	260,5			4,57	1,49	60,5	273,9					
Итого за день			33,45	37,45	198,51	1286			41,95	50,39	252,58	1586,4					