

Сезон: зима

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

Меню 06 февраля 2025 г. (неделя 1, день 4)

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли (10,5 ч.)			Сад (10,5 ч.)			№ рецептур	Энергетическая ценность (ккал)				
		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 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 свежлы 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	Латшеник с творогом	130	11,35	9,89	26,61	241,38	226	150	13,31	11,66	31,2	283,0	226
	Кисель	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	