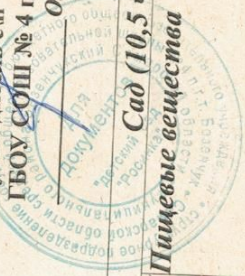


Сезон: зима

Меню 10 января 2025 г. (неделя 1, день 5)

Утверждено:

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



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда			Ясли (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	рецептурный №	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	рецептурный №
		Пищевые вещества			Пищевые вещества						Пищевые вещества				
		Б	Ж	У	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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>11,24</b>	<b>16,82</b>	<b>77,94</b>			<b>527,7</b>			<b>14,38</b>	<b>22,48</b>	<b>99,8</b>	<b>677,5</b>		
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1			42,2		100	0,54	0	10,1	42,2	
	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
Обед	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	
<b>Итого за обед</b>		<b>20,12</b>	<b>17,95</b>	<b>68,63</b>			<b>510,55</b>			<b>25,7</b>	<b>23,73</b>	<b>87,69</b>	<b>660</b>		
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
<b>Итого за полдник</b>		<b>3,22</b>	<b>2,63</b>	<b>34,38</b>			<b>188,05</b>			<b>5,59</b>	<b>4,6</b>	<b>53,0</b>	<b>300,5</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>35,12</b>	<b>37,4</b>	<b>191,05</b>			<b>1268,5</b>			<b>46,21</b>	<b>50,81</b>	<b>250,59</b>	<b>1680,2</b>		