

Сезон: зима

Утверждаю:

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

Меню 10 февраля 2025 г. (неделя 2, день 6)

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли (10,5 ч.)			Сад (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Пищевые вещества		У	Пищевые вещества		У					
		Б	Ж		Б	Ж						
Завтрак 1												
	Каша молочная вязкая рисовая	150	5,3	9,8	48,0		200	7,0	13,0	64,0	7,0	182
	Чай с сахаром	150	0,07	0	10,9		180	0,08	0	13,1	0,08	411
	Бутерброд с маслом	25/5	2,04	4,42	10,94		30/7	2,5	6,2	13,14	2,5	1
Итого за завтрак			7,41	14,22	69,84			9,58	19,2	90,24	9,58	1
Завтрак 2												
	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1		100	0,54	0	10,1	42,2	
Обед												
	Икра кабачковая	30	0,42	1,44	2,55		50	0,56	1,92	3,4	33,2	445
	Щи из свежей капусты с картофелем и фасолью на курином бульоне со сметаной	150	0,96	2,95	6,9		200	-1,28	3,9	9,2	77,4	73
	Птица отварная	50	10,6	10,3	0,8		70	14,9	14,5	1,14	194,7	299
	Макароны отварные	110	3,96	4,62	26,84		130	4,68	5,46	31,72	195,0	199
	Соус сметанный с томатом	20	0,36	1,04	1,53		30	0,54	1,56	2,29	25,5	373
	Компот из с/фруктов	150	0,06	0	16,4		180	0,07	0	19,6	78,8	394
	Хлеб пшеничный	25	2,02	0,32	10,9		30	2,43	0,39	13,08	66,3	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,6		40	2,64	0,48	18,12	72,4	
Итого за обед			20,36	21,03	79,52			27,1	28,21	98,55	743,3	
Полдник												
	Рогалик с сахаром	70	5,25	9,24	43,63		80	6,3	10,56	48,72	313,6	424
	Молоко	160	4,48	5,12	6,56		180	5,04	5,76	7,4	101,7	420
Итого за полдник			9,73	14,36	50,19			11,34	16,32	56,12	415,3	
Итого за день			38,04	49,61	209,65			48,56	63,73	255,01	1800,3	