

Сезон: зима



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

Меню 20 января 2025 г. (неделя 1, день 1)

Прием пищи	Наименование блюда	Если (10,5 ч.)			Сад (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Вес блюда	Пищевые вещества		Вес блюда	Пищевые вещества			
			Б	Ж		У	Б		
Завтрак 1	Каши молочная жидкая манная	150	4,1	7,7	29,6	204,5	199	272,0	199
	Какао с молоком	150	2,8	2,4	20,0	113,1	416	135,7	416
	Бутерброд с маслом	25/5	2,04	4,42	10,94	110,2	1	136,0	1
Итого за завтрак		8,94	14,52	60,54	427,8		76,54	543,7	
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2		42,2	
	Салат из моркови	30	0,4	0,2	4	28,7	445	48,0	320
	Суп из овощей с горошком зеленым на курином бульоне со сметаной	150	1,05	2,96	8,55	64,95	99	86,6	99
Обед	Суфле куриное	50	8,75	11,75	1,75	147,5	285	205,0	285
	Гарнир из крупы (гречка)	110	3,35	4,0	18,5	122,1		144	3
	Соус сметанный с томатом	20	0,36	1,04	1,53	17,0	373	25,5	373
Итого за обед	Компот из с/фруктов	150	0,06	0	16,4	65,7	394	78,8	394
	Хлеб пшеничный	25	2,02	0,32	10,9	55,25		66,3	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,6	54,3		72,4	
Итого за обед		17,97	21,63	75,23	555,5		29,52	105,44	726,6
Полдник	Ватрушка с повидлом	70	5,92	1,3	40,2	188,5	437	215,4	437
	Чай с сахаром	170	0,08	-	12,44	49,76	411	58,5	411
Итого за полдник		6,0	1,3	52,64	260,5		1,49	60,5	273,9
Итого за день		33,45	37,45	198,51	1286		50,39	252,58	1586,4