

Сезон: зима

Утверждаю:
 Руководитель СП "детский сад "Росинка"
 ГБОУ СОШ № 1 п.г.т. Безенчук
 Ю.Ю. Гурова

Меню 28 февраля 2025 г. (неделя 2, день 10)

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли (10,5 ч.)			Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры			
		Если (10,5 ч.)				Б						Ж					У		
		Б	Ж	У		Б	Ж	У				Б	Ж	У			Б	Ж	У
Завтрак 1	Омлет натуральный	120	10,9	22,3	11,5	289,6	229	130	11,8	23,9	12,5	313,7	229						
	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	2,04	4,42	10,94	110,2	3	30/7	2,5	6,2	13,14	136,0	3						
Итого за завтрак			15,62	28,73	43,59	513,6			17,5	32,5	51,14	586,3							
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2							
	Салат из моркови	30	0,4	1,2	4	28,7	11	50	0,9	0,05	11,4	49,5	11						
	Суп картофельный с крупной (рис) и томатом на мясном бульоне со сметаной	150	1,32	1,69	12,34	69,9	86	200	1,76	2,26	16,46	93,2	86						
Обед	Капуста тушеная с мясом птицы	160	3,2	5,76	16,96	132,8	354	200	4,0	7,2	21,2	166,0	354						
	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			8,98	9,33	74,2	406,65			11,8	10,38	99,86	526,2							
Полдник	Кондитерские изделия	40	3,14	2,63	21,94	138,29		70	5,5	4,6	38,4	242,0							
	Чай с молоком	170	1,1	1,3	14,0	72,0	420	200	1,3	1,5	16,4	84,6	420						
Итого за полдник			4,24	3,93	35,94	210,3			6,8	6,1	54,8	326,6							
Итого за день			29,38	41,99	163,83	1172,75			36,64	48,98	215,9	1481,3							

