C=RU, O=ГБОУ СОШ № 4 п.г.т. Безенчук, CN=Шеховцова Л.В., E=bez-s4@mail.ru
00ef1f4c46e97160df
2022.05.06 15:05:57+04'00'

Утверждаю
Руководитель СП
ГБОУ СОШ № 4 п.г.т. Безенчук
"Детский сад"Тополёк"
_____И.А. Карпова

МЕНЮ
ВЕСНА - ЛЕТО

"_12__"__мая_____2022 год

		Ясли 10,5						Сад 10,5					
			Химический состав						Химический состав				
	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетич ценность	Витамин С	Вес блюда, гр.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетич ценность	Витамин С
Завтрак1	Каша из смеси круп(рис-пшено)	**150**	5,5	4	28,91	191	0	**200**	5,67	5,28	37,44	220	0
	Какао с молоком	**150**	3	2,6	21,4	120,6	1,1	**200**	4,58	5,04	21,5	145,34	0,03
	Бутерброд с сыром	**0,03/0,007**	3,15	6,7	20	154,4	0,14	**0,04/0,005**	3,15	6,7	20	154,4	0,14
Итого завтрак:			**11,65**	**13,3**	**70,31**	**466**			**13,4**	**17,02**	**78,94**	**519,7**	
Завтрак2	Сок пакетированный	**100**	0,54	0	10,1	42,2	3,6	**100**	0,54	0	10,1	42,2	3,6
Обед:	Салат с зелёным горошком	**40**	1,1	2	2,5	33,44	4,4	**40**	1,1	2	2,5	33,44	4,4
	Суп с клёцками и сметана	**150**	1,19	1,63	12,5	89,4	4,92	**200**	1,97	2,73	14,58	90,75	8,2
	Плов из птицы	**150**	19,3	17,5	33,8	387,2	0,6	**200**	21,47	19,6	35,7	406	1,01
	Компот из с/фруктов с VitC	**150**	0,06	0	20,7	84,7	0,35	**200**	0,06	0	27,7	113	0,5
	Хлеб пшеничный	**21**	2,3	0,2	15,1	71	0	**28**	2,3	0,2	15,1	71	0
	Хлеб ржаной	**34**	2,7	0,4	14,8	75,4	0	**43**	2,8	0,5	19,4	77,8	0
Итого обед:			**23,39**	**20,08**	**82,68**	**645,3**			**36,25**	**12,53**	**91,3**	**600**	
Полдник:	Булочка домашняя	**50**	11,64	6,26	26,96	179	0	**70**	12	8,7	37,7	250,6	0
	Чай с сахаром	**150**	0,05	0	6,99	28	0,02	**200**	0,06	0,02	9,99	40	0,03
			11,69	**6,26**	**33,95**	**207**			5,06	11,68	41,19	323	
Итого день:			47,27	39,64	201	1360,5			55,25	59,23	221,5	1585	