

## МЕНЮ ВЕСНА - ЛЕТО

" 27 " мая 2022 год



Утверждаю

Руководитель СП

БОУ СОШ № 4 г.т. Безенчук

"детский сад" "Тополёк"

И.А. Карпова

	Наименование блюда	Ясли 10,5						Сад 10,5					
		Вес блюда, гр.	Химический состав					Вес блюда, гр.	Химический состав				
			Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетич ценность	Витамин С		Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетич ценность	Витамин С
Завтрак1	Каша молочная вязкая пшённая	150	5,5	8,6	36,2	210	0	200	5,67	5,28	37,44	220	0
	Какао с молоком	150	3	2,6	16,4	120,6	1,1	200	4	3,5	17,5	118	1,5
	Бутерброд с маслом	0,03/0,005	3,1	5,1	19,95	140,3	0	0,04/0,007	3,15	6,7	20	154,4	0,14
Итого завтрак:			<b>11,6</b>	<b>16,3</b>	<b>72,55</b>	<b>470,9</b>			<b>12,82</b>	<b>15,48</b>	<b>74,94</b>	<b>492,4</b>	
Завтрак2:	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2	3,6
Обед:	Салат из репчатого лука	30	0,08	0	27,7	113	0,5	40	1,1	0	29,3	115	0,6
	Суп картофельный с крупой(рис)	150	1,19	1,63	12,5	69,4	4,95	200	2,4	11,3	24,4	195	7,3
	Ленивые голубцы	100	13,12	9,04	20,26	219	20,03	120	14,12	9,04	20,26	220	20,1
	Компот из с/фруктов с VitC	150	0,06	0	20,7	84,7	0,35	200	0,07	0	27,7	86,7	0,5
	Хлеб пшеничн	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:			<b>11,3</b>	<b>9,6</b>	<b>46,4</b>	<b>398,4</b>			<b>21,98</b>	<b>24,04</b>	<b>85,9</b>	<b>700</b>	
	Кондитерские изделия	30	5,5	6,5	54,6	298,6	0,01	80	15,5	6,5	54,6	298,4	0,01
	Кисель	150	5,8	5	8	100	1	200	5,8	5	9,99	100	1,4
Итого полдник:			<b>11,3</b>	<b>9,6</b>	<b>46,4</b>	<b>398,4</b>			<b>17,56</b>	<b>16,52</b>	<b>64,59</b>	<b>398,4</b>	
Итого день:			<b>42,71</b>	<b>39,27</b>	<b>200,31</b>	<b>1398,5</b>			<b>52,9</b>	<b>56,04</b>	<b>235,53</b>	<b>1573</b>	