C=RU, O=ГБОУ СОШ № 4
п.г.т. Безенчук,
CN=Шеховцова Л.В.,
E=bez-s4@mail.ru
00ef1f4c46e97160df
2022.06.03 13:58:18+04'00'

Утверждаю
Руководитель СП
ГБОУ СОШ № 4 п.г.т. Безенчук
"детский сад"Тополёк"
_____ И.А. Карпова

МЕНЮ
ВЕСНА - ЛЕТО

"_2_" июня 2022 год

	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
	Каша мол из смесикруп(рис-пшено)	**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
Завтрак1	Бутерброд с сыром	**30.июл**	3,15	6,7	20	15,4	0,14	**40/7**	3,15	6,7	20	154,4	0,14
Итого			**11,65**	**17,9**	**72,6**	**346**			**12,82**	**15,48**	**74,94**	**492,4**	
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 из свеклы с зелёным горошком	**40**	0,56	2	3,6	34,9	12,9	**60**	0,84	7,04	5,4	52,4	19,4
	Суп картофельный с крупой	**150**	2	10,2	23,1	184,6	6,8	**200**	2,4	11,3	24,4	195	7,3
	Суфле из рыбы	**60**	12,81	2,56	3,29	122	0,26	**70**	12,81	2,56	3,29	122	0,26
	Макаронные изделия	**150**	3,9	4	40,4	130	0	**200**	0,06	0	27,7	113	0,5
	Соус сметанный с том	**20**	0,48	4,02	1,5	44	0,02	**40**	1,98	0,3	10,02	52	0
	Компот из сухофруктов 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	**38**	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:			**22,61**	**19,46**	**107,8**	**680,7**			**26,48**	**37,08**	**112,69**	**597,7**	
Полдник	Булочка "Веснушка"	**60**	3,8	6,26	26,96	179	0	**60**	3,8	6,26	29,9	155	0
	Чай с сахаром	**150**	0,05	0	6,99	28	0,02	**200**	0,06	0	9,99	40	0,03
Итого:			**13,66**	**2,86**	**33,95**	**176,2**			**12,87**	**6,5**	**39,17**	**242**	
Итого день			**49,39**	**45,4**	**224,4**	**1245,1**			**52,71**	**59,06**	**260**	**1870**	