Руководитель с\п "детский сад "Росинка"
ГБОУ СОШ № 4 п.г.т.Безенчук
_____О.Ю.Гурова

Меню 07 марта 2023 г. (неделя 1, день 2)

		Ясли (10,5 ч.)						Сад (10,5 ч.)					
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У				Б	Ж	У		
Завтрак 1													
	Запеканка из творога	120	15,4	4,55	22,9	194,25	251	130	17,6	5,2	26,2	210,4	251
	Джем	20	0,4	0	0,8	11,8		30	0,6	0	1,2	17,7	
	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 сыром	25/5/6	3,04	6,16	11,08	113,04	3	30/7/10	4,8	9,1	13,1	147,6	3
Итого за завтрак			**21,52**	**12,72**	**55,93**	**432,89**			**26,2**	**16,7**	**66,0**	**511,9**	
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	**0,54**	**0**	**10,1**	**42,2**		100	**0,54**	**0**	**10,1**	**42,2**	
Обед	Салат из репчатого лука	30	0,27	1,5	1,29	19,8	21	50	0,45	2,5	2,15	0,45	21
	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне со сметаной	150	3,0	3,2	14,3	98,2	87	200	4,0	4,28	19,0	131,0	87
	Биточка куриная	50	7,7	7,9	11,2	147	327	70	10,8	11,06	15,7	205,8	327
	Картофель тушеный в молоке	110	2,64	4,95	17,38	124	337	130	3,12	5,85	20,54	146,5	337
	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			**17,67**	**18,23**	**85,07**	**564,25**			**23,51**	**24,56**	**108,19**	**733,8**	
Полдник	Булочка «Веснушка» с изюмом	70	5,32	4,34	39,48	218,4	456	80	6,08	4,96	45,12	249,06	456
	Кисло-молочный напиток	150	4,76	5,44	6,97	96,05	420	180	5,6	6,4	8,2	113,0	420
Итого за полдник			**10,08**	**9,78**	**46,45**	**314,45**			**11,68**	**11,36**	**53,32**	**362,06**	
Итого за день			**49,81**	**40,73**	**197,55**	**1353,79**			**61,93**	**52,62**	**237,61**	**1649,96**	