

Сезон: весна-лето

Утверждаю:
 Руководитель СМ "детский сад "Росинка"
 ГБОУ СОШ № 4 п.г.т.Безенчук
 О.Ю.Гурова

Меню 17 марта 2023 г. (неделя 2, день 10)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Ясли (10,5 ч.)					№ рецептуры	Вес блюда	Сад (10,5 ч.)			№ рецептуры
			Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)			
			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	
Обед	Салат из репчатого лука	30	0,4	1,2	4	28,7	11	50	0,9	0,05	11,4	49,5	11
	Суп картофельный с крупой (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
	Капуста тушеная с мясом	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	