

Сезон: весна-лето

Утверждаю:
Руководитель СП "детский сад "Росинка"
ГБОУ СОИ № 4 г.т.Безенчук
О.Ю.Гурова

Меню 29 марта 2023 г. (неделя 2, день 8)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Ясли (10,5 ч.)					№ рецептуры	Вес блюда	Ясли (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)				
			Б	Ж	У		Б				Ж	У		
Завтрак 1														
	Каша молочная вязкая геркулесовая	150	6,7	11,9	45,3	315,8	182	200	8,9	15,9	60,4	421,0	182	
	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	15/5/6	2,6	6,05	6,7	81,6	1	20/7/10	3,9	8,9	8,8	116,2	1	
Итого за завтрак			11,98	19,96	73,15	511,2			16,0	27,1	94,7	673,8		
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2		
Обед	Салат из свеклы отварной	30	0,4	1,8	3	27,6	52	50	0,6	3,09	3,89	46,05	52	
	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	150	1,0	2,9	9,1	67,3	63	200	1,4	3,9	12,1	89,8	83	
	Кнели из кур с рисом	160	7,1	10,7	3,6	140,0	327	200	9,9	1,5	5,1	196,0	327	
	Картофель тушеный с овощами/гороховое пюре	110	2,42	8,36	20,9	168	312	130	11,06	4,5	36	229	306	
	Соус сметанный с томатом	20	0,06	0	16,4	65,7	373	30	0,07	0	19,6	78,8	373	
	Компот из с/фруктов	150	1,62	0,32	10,9	44,2	394	180	0,07	0	19,6	78,8	394	
	Хлеб пшеничный	20	1,98	0,36	13,6	54,3		20	1,62	0,26	8,72	44,2		
	Хлеб ржаной	30	14,58	24,44	77,5	567,1		40	2,64	0,48	18,12	72,4		
Итого за обед			5,18	5,32	7,0	96,6			27,29	13,73	103,53	756,25		
Полдник	Рыба запеченная в молочн. соусе	70	1,21	0,19	6,54	33,15	265	80	5,92	6,08	8,0	110,4	265	
	Хлеб пшеничный	15	0,08	0	12,44	49,76		20	1,62	0,26	8,72	44,2		
	Чай с сахаром	170	6,47	5,51	25,98	179,51	411	200	0,09	0	14,6	58,5	411	
Итого за полдник			33,57	49,91	186,73	1300,01			7,63	6,34	31,32	213,1		
Итого за день			36,28	49,18	198,4	1368,11			51,46	47,17	239,65	1685,35		