

Сезон: весна-лето

Утверждаю:
 Руководитель детского сада "Росинка"
 ГБОУ СОШ № 4 г.п. Безенчук



Меню 19 мая 2023 г. (неделя 1, день 5)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Ясли (10,5 ч.)					№ рецептуры	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Вес блюда			Пищевые вещества				
			Б	Ж	У					Б	Ж	У		
Завтрак 1														
	Каша молочная вязкая ячневая	150	6,4	10,0	47,0	304,4	182	200	8,5	13,4	62,7	405,8	182	
	Какао с молоком	150	2,8	2,4	20,0	113,1	416	180	3,38	2,88	24,0	135,7	416	
	Бутерброд с маслом	25/5	2,04	4,42	10,94	92,6	3	30/7	2,5	6,2	13,1	136,0	3	
Итого за завтрак			11,24	16,82	77,94	527,7			14,38	22,48	99,8	677,5		
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 с зеленым горошком	30	0,61	1,97	1,5	29,9	52	50	1,02	3,28	2,5	49,8	52	
	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне со сметаной	150	1,59	1,66	14,5	79,5	88	200	2,1	2,22	19,3	106,0	88	
	Голубцы ленивые	160	13,5	12,6	10,2	208,9	315	200	16,9	15,8	12,8	261,2	315	
	Соус сметанный с томатом	20	0,36	1,04	1,53	17,0	373	30	0,54	1,56	2,29	25,5	373	
	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			20,12	17,95	68,63	510,55			25,7	23,73	87,69	660		
Полдник	Кондитерские изделия	40	3,14	2,63	21,94	138,29	263	70	5,5	4,6	38,4	242,0	263	
	Чай с сахаром	170	0,08	0	12,44	49,76	411	200	0,09	0	14,6	58,5	411	
Итого за полдник			3,22	2,63	34,38	188,05			5,59	4,6	53,0	300,5		
Итого за день			35,12	37,4	191,05	1268,5			46,21	50,81	250,59	1680,2		