

Сезон: осень-зима

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

Меню 06 сентября 2023 г. (неделя I, день 3)



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Ясли (10,5 ч.)					№ рецептуры	Вес блюда	Сад (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры		
			Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Б			Ж	У	Пищевые вещества				
			Б	Ж	У							Б			Ж	У
Завтрак 1																
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	2,5	2,9	12,42	85,6	100	200	3,4	3,9	16,6	114,2	100			
	Какао с молоком	150	2,8	2,4	20,0	113,1	416	180	2,38	2,88	24,0	135,7	416			
	Бутерброд с маслом	15/5	1,23	4,3	6,6	73,5	1	20/7	1,65	6,06	8,8	99,9	1			
Итого за завтрак			6,53	9,6	39,02	272,2			7,43	12,84	49,4	349,1				
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2				
Обед	Салат из квашеной капусты с луком	30	0,48	1,47	3,3	28,5	47	50	1,2	3,4	2,16	44,0	47			
	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	63			
	Плов из птицы	160	15,8	20,2	22,5	348,0	321	200	19,8	25,3	32,1	436,0	321			
	Компот из с/фруктов	150	0,06	0	16,4	65,7	394	180	0,07	0	19,6	78,8	394			
	Хлеб пшеничный	20	1,62	0,32	10,9	44,2		20	1,62	0,26	8,72	44,2				
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,6	54,3		40	2,64	0,48	18,12	72,4				
Итого за обед			20,94	25,25	75,8	619,05			26,33	32,44	96,14	768,7				
Полдник	Суфле рыбное	50	8,58	4,0	2,08	79,42	283	70	12,02	5,6	2,92	111,1	283			
	Чай с сахаром	170	0,08	0	12,44	49,76	411	200	0,09	0	14,6	58,5	411			
	Хлеб пшеничный	15	1,21	0,19	6,64	33,15		20	1,62	0,26	8,72	44,2				
Итого за полдник			9,87	4,19	21,16	162,33			13,73	5,86	26,24	213,8				
Итого за день			37,88	39,04	146,08	1095,78			48,03	51,14	181,88	1373,8				