

Сезон: осень-зима

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

Меню 12 сентября 2023 г. (неделя 2, день 7)

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					Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У			
Завтрак 1															
	Каша молочная вязкая пшеничная	150	5,8	7,7	38,9	249,0	182	200	7,8	10,0	52,0	332,0	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	25/5/6	3,4	6,16	11,08	113,04	3	30/7/10	4,8	9,1	13,1	147,6	3		
Итого за завтрак			10,4	13,26	57,28	475,1			15,98	21,98	89,1	615,3			
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	0,48	1,8	3,3	31,2	47	50	0,8	3	5,5	52	47		
	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной	150	1,2	3,6	12,3	81,7	82	200	1,6	4,0	16,4	109,0	82		
	Котлета рубленая из птицы	50	8,1	12,1	7,8	173,0	327	70	11,34	16,94	10,92	242,20	327		
	Картофель тушеный с овощами	110	2,42	8,36	20,9	168,0	312	130	2,86	9,88	24,7	198,9	312		
	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			16,26	26,54	85,2	629,15			21,74	34,69	108,32	819,6			
Полдник															
	Пудинг из творога с рисом	130	21,6	14,0	22,8	303,0	456	150	22,1	14,66	28,89	336,0	456		
	Кисель (соус)	20	0,08	0	2,25	9,53		30	1,22	0	3,38	14,3			
	Чай с сахаром	170	0,08	0	12,44	49,76	411	200	0,09	0	14,6	58,5	411		
Итого за полдник			21,76	14,0	37,49	362,29			23,41	14,66	46,87	408,8			
Итого за день			48,96	53,8	190,07	1508,74			61,67	71,33	254,39	1885,9			