

Сезон: осень-зима

Утверждено:

Руководитель с/п "Детский сад "Росинка"
ГБОУ СОД № 4 п.г.т.Безенчук
О.Ю.Гурова

Меню 16 октября 2023 г. (неделя I, день II)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Ясли (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Вес блюда	Сад (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур
			Б	Ж	У				Б	Ж	У		
Завтрак I	Каша молочная эсикая манная	150	4,1	7,7	29,6	204,5	199	200	5,5	10,3	39,4	272,0	199
	Квасо с молоком	150	2,8	2,4	20,0	113,1	416	180	3,38	2,88	24,0	135,7	416
	Булочка с маслом	25/5	2,04	4,42	10,94	110,2	1	30/7	2,5	6,2	13,14	136,0	1
Итого за завтрак			8,94	14,52	60,54	427,8			11,38	19,38	76,54	543,7	
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2	
	Салат из моркови тушеной с изюмом	30	0,4	0,2	4	28,7	445	50	0,6	2,0	6,7	48,0	320
Обед	Суп из овощей с горошком зеленым на курином бульоне со сметаной	150	1,05	2,96	8,55	64,95	99	200	3,03	3,94	11,4	86,6	99
	Суфле куриное	50	8,75	11,75	1,75	147,5	285	70	12,25	16,45	12,45	205,0	285
	Гарнир из крупы (гречка)	110	3,35	4,0	18,5	122,1		130	3,9	4,7	21,8	144	3
	Соус сметанный с томатом	20	0,36	1,04	1,53	17,0	373	30	0,54	1,56	2,29	25,5	373
Итого за обед	Хлеб пшеничный	150	0,06	0	16,4	65,7	394	180	0,07	0	19,6	78,8	394
	Хлеб ржаной	25	2,02	0,32	10,9	55,25		30	2,43	0,39	13,08	66,3	
Итого за обед		30	1,98	0,36	13,6	54,3		40	2,64	0,48	18,12	72,4	
Полдник	Ватрушка с повидлом	70	5,92	1,3	40,2	188,5	437	80	4,48	1,49	45,9	215,4	437
	Чай с сахаром	170	0,08	-	12,44	49,76	411	200	0,09	-	14,6	58,5	411
Итого за полдник			6,0	1,3	52,64	260,5			4,57	1,49	60,5	273,9	
Итого за день			33,45	37,45	198,51	1286			41,95	50,39	252,58	1586,4	