

Сезон: осень-зима

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



Меню 17 октября 2023 г. (неделя 1, день 2)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Ясли (10,5 ч.)				Вес блюда	Сад (10,5 ч.)				№ рецептуры	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	
			Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры		Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры				
			Б	Ж				У	Б						Ж
Завтрак 1															
	Запеканка из творога	120	15,4	4,55	22,9	194,25	251	130	17,6	5,2	26,2	210,4	251		
	Джем	20	0,4	0	0,8	11,8		30	0,6	0	1,2	17,7			
	Кофейный напиток с молоком	150	2,68	2,01	21,15	113,8	414	180	3,2	2,4	25,5	136,6	414		
	Бултерброд с маслом	25/5/6	3,04	6,16	11,08	113,04	3	30/7/10	4,8	9,1	13,1	147,6	3		
Итого за завтрак			21,52	12,72	55,93	432,89			26,2	16,7	66,0	512,3			
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2			
Обед	Салат из соленых огурцов с луком	30	0,27	1,5	1,29	19,8	21	50	0,45	2,5	2,15	33,0	21		
	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне со сметаной	150	3,0	3,2	14,3	98,2	87	200	4,0	4,28	19,0	131,0	87		
	Биточка куриная	50	7,7	7,9	11,2	147	327	70	10,8	11,06	15,7	205,8	327		
	Картофель тушеный в молоке	110	2,64	4,95	17,38	124	337	130	3,12	5,85	20,54	146,5	337		
	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			17,67	18,23	85,07	564,25			23,51	25,56	108,19	733,8			
Полдник	Булочка «Веснушка» с изюмом	70	5,32	4,34	39,48	218,4	456	80	6,08	4,96	45,12	249,06	456		
	Кисло-молочный напиток	150	4,76	5,44	6,97	96,05	420	180	5,6	6,4	8,2	113,0	420		
Итого за полдник			10,08	9,78	46,45	314,45			11,68	11,36	53,32	362,06			
Итого за день			49,81	40,73	197,55	1353,79			61,93	52,62	237,61	1650,36			