

Сезон: осень-зима

Утверждаю:

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



Меню 18 октября 2023 г. (неделя 1, день 3)

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли (10,5 ч.)			Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Вес блюда	Сад (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры				
		Пищевые вещества		Б					Ж	У	Пищевые вещества			Б	Ж	У	
		Б	Ж								У						Б
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					
	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				
Обед	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					