Сезон: осень-зима

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

Меню 08 ноября 2023 г. (неделя 2, день 8)

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли (10,5 ч.) Вес блюда	Пищевые вещества Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Сад (10,5 ч.) Вес блюда	Пищевые вещества Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак 1													
	Каша молочная вязкая геркулесовая	150	6,7	11,9	45,3	315,8	182	200	8,9	15,9	60,4	421,0	182
	Кофейный напиток с молоком	150	2,68	2,01	21,15	113,8	414	180	3,2	2,4	25,5	136,6	414
	Бутерброд с маслом	15/5/6	2,6	6,05	6,7	81,6	1	20/7/10	3,9	8,9	8,8	116,2	1
Итого за завтрак			11,98	19,96	73,15	511,2			16,0	27,1	94,7	673,8	
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	0,4	1,8	3	27,6	52	50	0,6	3,09	3,89	46,05	52
	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	83
	Кнели из кур с рисом	160	7,1	10,7	3,6	140,0	327	200	9,9	1,5	5,1	196,0	327
	Картофель тушеный с овощами/гороховое пюре	110	2,42	8,36	20,9	168	312	130	11,06	4,5	36	229	306
	Соус сметанный с томатом	20	0,06	0	16,4	65,7	373	30	0,07	0	19,6	78,8	373
	Компот из с/фруктов	150	1,62	0,32	10,9	44,2	394	180	0,07	0	19,6	78,8	394
	Хлеб пшеничный	20	1,98	0,36	13,6	54,3		20	1,62	0,26	8,72	44,2	
	Хлеб ржаной	30	14,58	24,44	77,5	567,1		40	2,64	0,48	18,12	72,4	
Итого за обед			5,18	5,32	7,0	96,6			27,29	13,73	103,53	756,25	
Полдник	Рыба запеченая в молочн. соусе	70	1,21	0,19	6,54	33,15	265	80	5,92	6,08	8,0	110,4	265
	Хлеб пшеничный	15	0,08	0	12,44	49,76		20	1,62	0,26	8,72	44,2	
	Чай с сахаром	170	6,47	5,51	25,98	179,51	411	200	0,09	0	14,6	58,5	411
Итого за полдник			33,57	49,91	186,73	1300,01			7,63	6,34	31,32	213,1	
Итого за день			36,28	49,18	198,4	1368,11			51,46	47,17	239,65	1685,35	