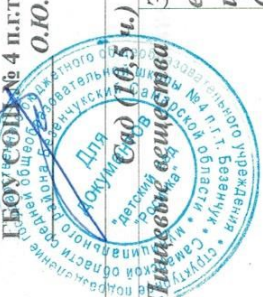


Сезон: осень-зима

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



Меню 16 ноября 2023 г. (неделя I, день 4)

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли (10,5 ч.)						Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)	Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры					
		Б	Ж									
Завтрак 1	Каша молочная вязкая из смеси круп (рис, пшено) с курагой	4,3	2,7	32,0	170,0	182	200	5,8	3,6	42,7	226,6	182
		150	2,68	2,01	113,8	414	180	3,2	2,4	25,5	136,6	414
		25/5	3,4	16,2	113,04	3	30/7/10	4,8	9,09	13,14	147,6	3
Итого за завтрак		10,38	20,91	64,21	396,84			13,8	15,09	81,34	510,8	
Завтрак 2	Сок пакетированный	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2	
		30	0,48	1,8	31,2	0,48	50	0,8	3,0	5,5	52,0	24
		150	2,2	2,4	10,1	71,8	2,2	200	3,0	3,3	13,5	95,8
Обед	Салат из свеклы отварной	15,5	7,13	19,2	203,8	15,5	200	19,5	8,9	24,0	254,75	284
		150	0,06	0	65,7	0,06	180	0,07	0	19,6	78,8	394
		25	2,02	0,32	55,25	2,02	30	2,43	0,39	13,08	66,3	
	Хлеб пшеничный	1,98	0,36	13,6	54,3	1,98	40	2,64	0,48	18,12	72,4	
	Хлеб ржаной											
Итого за обед		22,24	12,01	73,5	482,05	22,24		28,44	16,07	93,8	620,05	
Полдник	Лепешки с творогом	11,35	9,89	26,61	241,38	226	150	13,31	11,66	31,2	283,0	226
		20	0,08	0	9,53	517	30	1,22	0	3,38	14,3	517
		170	0,08	0	12,44	49,76	411	200	0,09	0	15,3	58,5
Итого за полдник		11,51	9,89	41,30	300,67			14,62	11,66	49,88	355,8	
Итого за день		44,67	42,81	189,11	1221,76			57,4	42,82	235,12	1528,85	