Сезон:осень-зима

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

Меню 21 ноября 2023 г. (неделя 2, день 7)

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли (10,5 ч.)						Сад (10,5 ч.)					
		Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У				Б	Ж	У		
Завтрак 1													
	Каша молочная вязкая пшеничная	150	5,8	7,7	38,9	249,0	182	200	7,8	10,0	52,0	332,0	182
	Какао с молоком	150	2,8	2,4	20,0	113,1	416	180	3,38	2,88	24,0	135,7	416
	Бутерброд с маслом	25/5/6	3,4	6,16	11,08	113,04	3	30/7/10	4,8	9,1	13,1	147,6	3
Итого за завтрак			10,4	13,26	57,28	475,1			15,98	21,98	89,1	615,3	
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	0,48	1,8	3,3	31,2	47	50	0,8	3	5,5	52	47
	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной	150	1,2	3,6	12,3	81,7	82	200	1,6	4,0	16,4	109,0	82
	Котлета рубленая из птицы	50	8,1	12,1	7,8	173,0	327	70	11,34	16,94	10,92	242,20	327
	Картофель тушеный с овощами	110	2,42	8,36	20,9	168,0	312	130	2,86	9,88	24,7	198,9	312
	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			16,26	26,54	85,2	629,15			21,74	34,69	108,32	819,6	
Полдник	Пудинг из творога с рисом	130	21,6	14,0	22,8	303,0	456	150	22,1	14,66	28,89	336,0	456
	Кисель (соус)	20	0,08	0	2,25	9,53		30	1,22	0	3,38	14,3	
	Чай с сахаром	170	0,08	0	12,44	49,76	411	200	0,09	0	14,6	58,5	411
Итого за полдник			21,76	14,0	37,49	362,29			23,41	14,66	46,87	408,8	
Итого за день			48,96	53,8	190,07	1508,74			61,67	71,33	254,39	1885,9	