

Сезон: осень-зима

Утверждаю:  
 Руководитель СП "детский сад "Росинка"  
 ГБОУ СПО "СЭИ" № 4 п.г.т.Безенчук  
 О.Ю.Гурова



Меню 23 ноября 2023 г. (неделя 2, день 9)

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли (10,5 ч.)						Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Энергетическая ценность (ккал)
		Пищевые вещества		Б	Ж	У	В							
		Б	Ж											
Завтрак 1	Каши молочная вязкая из гречневой крупы	6,2	8,4	37,7	252,2	182	200	336,0	182	8,2	11,2	50,9	336,0	182
	Какао с молоком	2,8	2,4	20,0	113,1	416	180	135,7	416	3,38	2,88	24,0	135,7	416
	Бутерброд с маслом	3,4	6,16	11,08	113,04	3	30/7/10	147,6	3	4,8	9,1	13,1	147,6	3
<b>Итого за завтрак</b>		<b>12,4</b>	<b>16,96</b>	<b>68,78</b>	<b>478,34</b>			<b>619,3</b>		<b>15,88</b>	<b>23,18</b>	<b>88,0</b>	<b>619,3</b>	
Завтрак 2	Сок пакетированный	0,54	0	10,1	42,2		100	42,2		0,54	0	10,1	42,2	
	Салат из квашеной капусты	0,48	1,8	3,3	31,2		50	47,5		0,8	2,45	5,5	47,5	
	Суп картофельный с крупой (пшено) на мясном бульоне со сметаной	1,4	1,68	14,6	79,3	63	200	105,8	63	1,8	2,24	19,5	105,8	63
Обед	Котлета рыбная	7,1	1,4	4,3	57,9	271	70	81,0	271	9,94	1,96	6,02	81,0	271
	Картофельное пюре	2,64	4,95	17,38	124,3	337	130	204,88	337	3,12	11,44	22,35	204,88	337
	Компот из с/фруктов	0,06	0	16,4	65,7	394	180	78,8	394	0,07	0	19,6	78,8	394
Итого за обед	Хлеб пшеничный	2,02	0,32	10,9	55,25		30	66,3		2,43	0,39	13,08	66,3	
	Хлеб ржаной	1,98	0,36	13,6	54,3		40	72,4		2,64	0,48	18,12	72,4	
<b>Итого за обед</b>		<b>15,68</b>	<b>15,24</b>	<b>82,01</b>	<b>467,95</b>			<b>656,68</b>		<b>20,8</b>	<b>18,96</b>	<b>104,17</b>	<b>656,68</b>	
Полдник	Ватрушка с творогом	9,22	5,48	29,15	202,0	226	80	230,0	226	9,22	6,48	29,18	230,0	226
	Чай с сахаром	0,08	-	12,44	49,76	411	200	58,5	411	0,09	0	14,6	58,5	411
<b>Итого за полдник</b>		<b>9,3</b>	<b>5,48</b>	<b>41,59</b>	<b>251,76</b>			<b>288,5</b>		<b>9,31</b>	<b>6,48</b>	<b>43,78</b>	<b>288,5</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>37,92</b>	<b>37,68</b>	<b>202,48</b>	<b>1240,25</b>			<b>1606,68</b>		<b>46,53</b>	<b>48,62</b>	<b>246,05</b>	<b>1606,68</b>	