Сезон: осень-зима

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

Меню 07 декабря 2023 г. (неделя 2, день 9)

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 из гречневой крупы	150	6,2	8,4	37,7	252,2	182	200	8,2	11,2	50,9	336,0	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			12,4	16,96	68,78	478,34			15,88	23,18	88,0	619,3	
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2	
Обед	Салат из квашеной капусты	30	0,48	1,8	3,3	31,2		50	0,8	2,45	5,5	47,5	
	Суп картофельный с крупой (пшено) на мясном бульоне со сметаной	150	1,4	1,68	14,6	79,3	63	200	1,8	2,24	19,5	105,8	63
	Котлета рыбная	50	7,1	1,4	4,3	57,9	271	70	9,94	1,96	6,02	81,0	271
	Картофельное пюре	110	2,64	4,95	17,38	124,3	337	130	3,12	11,44	22,35	204,88	337
	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			15,68	15,24	82,01	467,95			20,8	18,96	104,17	656,68	
Полдник	Ватрушка с творогом	70	9,22	5,48	29,15	202,0	226	80	9,22	6,48	29,18	230,0	226
	Чай с сахаром	170	0,08	-	12,44	49,76	411	200	0,09	0	14,6	58,5	411
Итого за полдник			9,3	5,48	41,59	251,76			9,31	6,48	43,78	288,5	
Итого за день			37,92	37,68	202,48	1240,25			46,53	48,62	246,05	1606,68	