Сезон: осень-зима

Утверждаю:
Заведующий филиала "детский сад "Росинка"
МБОУ СОШ № 1 п.г.т.Безенчук
О.Ю.Гурова

Меню 08 декабря 2023 г. (неделя 2, день 10)

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													
	Омлет натуральный	120	10,9	22,3	11,5	289,6	229	130	11,8	23,9	12,5	313,7	229
	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	25/5	2,04	4,42	10,94	110,2	3	30/7	2,5	6,2	13,14	136,0	3
Итого за завтрак			15,62	28,73	43,59	513,6			17,5	32,5	51,14	586,3	
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2	
Обед	Салат из репчатого лука	30	0,4	1,2	4	28,7	11	50	0,9	0,05	11,4	49,5	11
	Суп картофельный с крупой (рис) и томатом на мясном бульоне со сметаной	150	1,32	1,69	12,34	69,9	86	200	1,76	2,26	16,46	93,2	86
	Капуста тушеная с мясом	160	3,2	5,76	16,96	132,8	354	200	4,0	7,2	21,2	166,0	354
	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			8,98	9,33	74,2	406,65			11,8	10,38	99,86	526,2	
Полдник	Кондитерские изделия	40	3,14	2,63	21,94	138,29		70	5,5	4,6	38,4	242,0	
	Чай с молоком	170	1,1	1,3	14,0	72,0	420	200	1,3	1,5	16,4	84,6	420
Итого за полдник			4,24	3,93	35,94	210,3			6,8	6,1	54,8	326,6	
Итого за день			29,38	41,99	163,83	1172,75			36,64	48,98	215,9	1481,3	