

Меню 11 декабря 2023 г. (неделя 1, день 1)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Если (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Вес блюда	Если (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У				Б	Ж	У		
Завтрак 1	Каши молочная жидкая манная	150	4,1	7,7	29,6	204,5	199	200	5,5	10,3	39,4	272,0	199
	Какао с молоком	150	2,8	2,4	20,0	113,1	416	180	3,38	2,88	24,0	135,7	416
	Булочка с маслом	25/5	2,04	4,42	10,94	110,2	1	30/7	2,5	6,2	13,14	136,0	1
Итого за завтрак			8,94	14,52	60,54	427,8			11,38	19,38	76,54	543,7	
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2	
	Салат из моркови тушеной с изюмом	30	0,4	0,2	4	28,7	445	50	0,6	2,0	6,7	48,0	320
Обед	Суп из овощей с горошком зеленым на курином бульоне со сметаной	150	1,05	2,96	8,55	64,95	99	200	3,03	3,94	11,4	86,6	99
	Супе крупное	50	8,75	11,75	1,75	147,5	285	70	12,25	16,45	12,45	205,0	285
Итого за обед	Гарнир из крупы (гречка)	110	3,35	4,0	18,5	122,1		130	3,9	4,7	21,8	144	3
	Сок сметанный с томатом	20	0,36	1,04	1,53	17,0	373	30	0,54	1,56	2,29	25,5	373
	Компот из 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	
Итого за обед			17,97	21,63	75,23	555,5		40	2,64	0,48	18,12	72,4	
Полдник	Ватрушка с повидлом	70	5,92	1,3	40,2	188,5	437	80	4,48	1,49	45,9	215,4	437
	Чай с сахаром	170	0,08	-	12,44	49,76	411	200	0,09	-	14,6	58,5	411
Итого за полдник			6,0	1,3	52,64	260,5			4,57	1,49	60,5	273,9	
Итого за день			33,45	37,45	198,51	1286			41,95	50,39	252,58	1586,4	

Утверждено:
 Руководитель СМД "Росинка" А.И. Дрозденчук
 Руководитель "детский сад "Росинка" Д.Ю. Лурова

Структурное подразделение Самарской области
 Муниципального района Самарской области
 "Росинка" (СМД) № 53/1
 Самарская область, г.Самара, ул.Ленина, д.114
 ИНН 5307083888 ОГРН 5037083888