Сезон: осень-зима

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

Меню ***10 января 2024 г. (неделя 1, день 3)***

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													
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	2,5	2,9	12,42	85,6	100	200	3,4	3,9	16,6	114,2	100
	Какао с молоком	150	2,8	2,4	20,0	113,1	416	180	2,38	2,88	24,0	135,7	416
	Бутерброд с маслом	15/5	1,23	4,3	6,6	73,5	1	20/7	1,65	6,06	8,8	99,9	1
Итого за завтрак			**6,53**	**9,6**	**39,02**	**272,2**			**7,43**	**12,84**	**49,4**	**349,1**	
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 с луком	30	0,48	1,47	3,3	28,5	47	50	1,2	3,4	2,16	44,0	47
	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	150	1,0	2,9	9,1	67,3	63	200	1,4	3,9	12,1	89,8	63
	Плов из птицы	160	15,8	20,2	22,5	348,0	321	200	19,8	25,3	32,1	436,0	321
	Компот из с/фруктов	150	0,06	0	16,4	65,7	394	180	0,07	0	19,6	78,8	394
	Хлеб пшеничный	20	1,62	0,32	10,9	44,2		20	1,62	0,26	8,72	44,2	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,6	54,3		40	2,64	0,48	18,12	72,4	
Итого за обед			**20,94**	**25,25**	**75,8**	**619,05**			**26,33**	**32,44**	**96,14**	**768,7**	
Полдник	Суфле рыбное	50	8,58	4,0	2,08	79,42	283	70	12,02	5,6	2,92	111,1	283
	Чай с сахаром	170	0,08	0	12,44	49,76	411	200	0,09	0	14,6	58,5	411
	Хлеб пшеничный	15	1,21	0,19	6,64	33,15		20	1,62	0,26	8,72	44,2	
Итого за полдник			**9,87**	**4,19**	**21,16**	**162,33**			**13,73**	**5,86**	**26,24**	**213,8**	
Итого за день			**37,88**	**39,04**	**146,08**	**1095,78**			**48,03**	**51,14**	**181,88**	**1373,8**	