

Сезон: осень-зима

Утверждаю:

Руководитель СП "Детский сад "Росинка"
ГБОУ СОШ № 4 п.г.т.Безенчук
О.Ю. Гурова



Меню 05 февраля 2024 г. (неделя 1, день 1)

Прием пищи	Наименование блюда	Если (10,5 ч.)						Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры			
		Пищевые вещества		Ясли (10,5 ч.)		Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)				№ рецептуры	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	
		Б	Ж	У	Б							Ж	У					
Завтрак 1																		
	Каша 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					
	Бутерброд 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						
Обед	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					
	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					
	Суфле куриное	50	8,75	11,75	1,75	147,5	285	70	12,25	16,45	12,45	205,0	285					
	Гарнир из крупы (гречка)	110	3,35	4,0	18,5	122,1		130	3,9	4,7	21,8	144	3					
	Соус сметанный с томатом	20	0,36	1,04	1,53	17,0	373	30	0,54	1,56	2,29	25,5	373					
	Комлот 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			17,97	21,63	75,23	555,5			25,46	29,52	105,44	726,6						
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						