

Сезон: осень-зима

Утверждено:  
 Руководитель сл "детский сад "Росинка"  
 ГБОУ СОШ № 4 п.г.т.Безенчук  
 О.Ю.Гурова



Меню 09 февраля 2024 г. (неделя 1, день 5)

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли (10,5 ч.)			Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Сад (10,5 ч.)			Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Пищевые вещества						Пищевые вещества					
		Б	Ж	У				Б	Ж	У			
<b>Завтрак 1</b>													
	Каша молочная вязкая ячневая	150	6,4	10,0	47,0	304,4	182	8,5	13,4	62,7	405,8	182	
	Какао с молоком	150	2,8	2,4	20,0	113,1	416	3,38	2,88	24,0	135,7	416	
	Бутерброд с маслом	25/5	2,04	4,42	10,94	92,6	3	2,5	6,2	13,1	136,0	3	
<b>Итого за завтрак</b>			<b>11,24</b>	<b>16,82</b>	<b>77,94</b>	<b>527,7</b>		<b>14,38</b>	<b>22,48</b>	<b>99,8</b>	<b>677,5</b>		
<b>Завтрак 2</b>	Сок пакетированный	100	<b>0,54</b>	<b>0</b>	<b>10,1</b>	<b>42,2</b>		<b>0,54</b>	<b>0</b>	<b>10,1</b>	<b>42,2</b>		
<b>Обед</b>	Салат из репчатого лука с зеленым горошком	30	0,61	1,97	1,5	29,9	52	1,02	3,28	2,5	49,8	52	
	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне со сметаной	150	1,59	1,66	14,5	79,5	88	2,1	2,22	19,3	106,0	88	
	Голубцы ленивые	160	13,5	12,6	10,2	208,9	315	16,9	15,8	12,8	261,2	315	
	Соус сметанный с томатом	20	0,36	1,04	1,53	17,0	373	0,54	1,56	2,29	25,5	373	
	Комлот из с/фруктов	150	0,06	0	16,4	65,7	394	0,07	0	19,6	78,8	394	
	Хлеб пшеничный	25	2,02	0,32	10,9	55,25		2,43	0,39	13,08	66,3		
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,6	54,3		2,64	0,48	18,12	72,4		
<b>Итого за обед</b>			<b>20,12</b>	<b>17,95</b>	<b>68,63</b>	<b>510,55</b>		<b>25,7</b>	<b>23,73</b>	<b>87,69</b>	<b>660</b>		
<b>Полдник</b>	Кондитерские изделия	40	3,14	2,63	21,94	138,29	263	5,5	4,6	38,4	242,0	263	
	Чай с сахаром	170	0,08	0	12,44	49,76	411	0,09	0	14,6	58,5	411	
<b>Итого за полдник</b>			<b>3,22</b>	<b>2,63</b>	<b>34,38</b>	<b>188,05</b>		<b>5,59</b>	<b>4,6</b>	<b>53,0</b>	<b>300,5</b>		
<b>Итого за день</b>			<b>35,12</b>	<b>37,4</b>	<b>191,05</b>	<b>1268,5</b>		<b>46,21</b>	<b>50,81</b>	<b>250,59</b>	<b>1680,2</b>		