

Сезон:осень-зима

Утверждаю:

Руководитель-слп "детский сад "Росинка"
ГБОУ СОШ № 4 п.г.т.Безенчук
О.Ю.Гурова



Меню 13 февраля 2024 г. (неделя 2, день 7)

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли (10,5 ч.)						Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Пищевые вещества (ккал)	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Пищевые вещества			Ясли (10,5 ч.)											
		Б	Ж	У	Б	Ж	У									
Завтрак 1																
	Каши молочная вязкая пшеничная	150	5,8	7,7	38,9			249,0	182	200	7,8	10,0	52,0	332,0	182	
	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	25/5/6	3,4	6,16	11,08			113,04	3	30/7/10	4,8	9,1	13,1	147,6	3	
	Итого за завтрак		10,4	13,26	57,28			475,1			15,98	21,98	89,1	615,3		
Завтрак 2																
	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1			42,2		100	0,54	0	10,1	42,2		
Обед																
	Салат из свежлы отварной	30	0,48	1,8	3,3			31,2	47	50	0,8	3	5,5	52	47	
	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной	150	1,2	3,6	12,3			81,7	82	200	1,6	4,0	16,4	109,0	82	
	Комплета рубленая из птицы	50	8,1	12,1	7,8			173,0	327	70	11,34	16,94	10,92	242,20	327	
	Картофель тушеный с овощами	110	2,42	8,36	20,9			168,0	312	130	2,86	9,88	24,7	198,9	312	
	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		16,26	26,54	85,2			629,15			21,74	34,69	108,32	819,6		
Полдник																
	Пудинг из творога с рисом	130	21,6	14,0	22,8			303,0	456	150	22,1	14,66	28,89	336,0	456	
	Кисель (соус)	20	0,08	0	2,25			9,53		30	1,22	0	3,38	14,3		
	Чай с сахаром	170	0,08	0	12,44			49,76	411	200	0,09	0	14,6	58,5	411	
	Итого за полдник		21,76	14,0	37,49			362,29			23,41	14,66	46,87	408,8		
Итого за день																
	Итого за день		48,96	53,8	190,07			1508,74			61,67	71,33	254,39	1885,9		