

Меню 19 февраля 2024 г. (неделя 1, день 1)

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

Документ № 4  
 Региональный центр  
 Управление государственного  
 бюджетного учреждения  
 "Областная средняя общеобразовательная школа № 4  
 городского округа Безенчук"  
 16.02.2024

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Если (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Вес блюда	Если (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур
			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
	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
<b>Итого за завтрак</b>			<b>8,94</b>	<b>14,52</b>	<b>60,54</b>	<b>427,8</b>			<b>11,38</b>	<b>19,38</b>	<b>76,54</b>	<b>543,7</b>	
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 яблоком	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
	Суп 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
	Салат 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 с/фруктов	150	0,06	0	16,4	65,7	394	180	0,07	0	19,6	78,8	394
Итого за обед	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	
			<b>17,97</b>	<b>21,63</b>	<b>75,23</b>	<b>555,5</b>			<b>25,46</b>	<b>29,52</b>	<b>105,44</b>	<b>726,6</b>	
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
<b>Итого за полдник</b>			<b>6,0</b>	<b>1,3</b>	<b>52,64</b>	<b>260,5</b>			<b>4,57</b>	<b>1,49</b>	<b>60,5</b>	<b>273,9</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>33,45</b>	<b>37,45</b>	<b>198,51</b>	<b>1286</b>			<b>41,95</b>	<b>50,39</b>	<b>252,58</b>	<b>1586,4</b>	