

Сезон: весна-лето

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

Меню 01 марта 2024 г. (неделя 2, день 10)

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	
		Пищевые вещества						Веса	Б	Ж			У
		Б	Ж	У									
Завтрак 1													
	Омлет натуральный	120	10,9	22,3	11,5	289,6	130	11,8	23,9	12,5	313,7	229	
	Кофейный напиток с молоком	150	2,68	2,01	21,15	113,8	180	3,2	2,4	25,5	136,6	414	
	Бутерброд с маслом	25/5	2,04	4,42	10,94	110,2	30/7	2,5	6,2	13,14	136,0	3	
Итого за завтрак			15,62	28,73	43,59	513,6		17,5	32,5	51,14	586,3		
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2	100	0,54	0	10,1	42,2		
Обед	Салат из репчатого лука	30	0,4	1,2	4	28,7	50	0,9	0,05	11,4	49,5	11	
	Суп картофельный с крупной (рис) и томатом на мясном бульоне со сметаной	150	1,32	1,69	12,34	69,9	200	1,76	2,26	16,46	93,2	86	
	Капуста тушеная с мясом	160	3,2	5,76	16,96	132,8	200	4,0	7,2	21,2	166,0	354	
	Компот из с/фруктов	150	0,06	0	16,4	65,7	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			8,98	9,33	74,2	406,65		11,8	10,38	99,86	526,2		
Полдник	Кондитерские изделия	40	3,14	2,63	21,94	138,29	70	5,5	4,6	38,4	242,0		
	Чай с молоком	170	1,1	1,3	14,0	72,0	200	1,3	1,5	16,4	84,6	420	
Итого за полдник			4,24	3,93	35,94	210,3		6,8	6,1	54,8	326,6		
Итого за день			29,38	41,99	163,83	1172,75		36,64	48,98	215,9	1481,3		

