

Меню 04 марта 2024 г. (неделя 1, день 1)

Утверждено:  
 Руководитель с/п "детский сад "Росинка"  
 ГБОУ СОШ № 4 н.п.т. Безенчук  
 О.Ю.Гурова



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Ясли (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Вес блюда	Питательное вещество (10,5 ч.)			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
<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>	
<b>Завтрак 2</b>	<b>Сок пакешированный</b>	<b>100</b>	<b>0,54</b>	<b>0</b>	<b>10,1</b>	<b>42,2</b>		<b>100</b>	<b>0,54</b>	<b>0</b>	<b>10,1</b>	<b>42,2</b>	
<b>Обед</b>	<b>Салат из моркови тушеной с изюмом</b>	<b>30</b>	<b>0,4</b>	<b>0,2</b>	<b>4</b>	<b>28,7</b>	<b>445</b>	<b>50</b>	<b>0,6</b>	<b>2,0</b>	<b>6,7</b>	<b>48,0</b>	<b>320</b>
	<b>Суп из овощей с горошком зеленым на курином бульоне со сметаной</b>	<b>150</b>	<b>1,05</b>	<b>2,96</b>	<b>8,55</b>	<b>64,95</b>	<b>99</b>	<b>200</b>	<b>3,03</b>	<b>3,94</b>	<b>11,4</b>	<b>86,6</b>	<b>99</b>
	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
	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	
<b>Итого за обед</b>			<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>	
<b>Полдник</b>	<b>Ватрушка с повидлом</b>	<b>70</b>	<b>5,92</b>	<b>1,3</b>	<b>40,2</b>	<b>188,5</b>	<b>437</b>	<b>80</b>	<b>4,48</b>	<b>1,49</b>	<b>45,9</b>	<b>215,4</b>	<b>437</b>
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>170</b>	<b>0,08</b>	<b>-</b>	<b>12,44</b>	<b>49,76</b>	<b>411</b>	<b>200</b>	<b>0,09</b>	<b>-</b>	<b>14,6</b>	<b>58,5</b>	<b>411</b>
<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>	