

Сезон: осень-зима

Утверждено:

Руководитель с/п "детский сад "Росинка"  
**ГБОУ СОШ № 4 п.г.т.Безенчук**  
 О.Ю.Гурова

Меню 07 марта 2024 г. (неделя 1, день 4)

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли (10,5 ч.)				Сад (10,5 ч.)							
		Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры		
			Б	Ж				У	Б			Ж	У
<b>Завтрак 1</b>													
	Каша молочная вязкая из смеси круп (рис, пшено) с курагой	150	4,3	2,7	32,0	170,0	182	200	5,8	3,6	42,7	226,6	182
	Кофейный напиток с молоком	150	2,68	2,01	21,15	113,8	414	180	3,2	2,4	25,5	136,6	414
	Бутерброд с маслом	25/5	3,4	16,2	11,06	113,04	3	30/7/10	4,8	9,09	13,14	147,6	3
<b>Итого за завтрак</b>			<b>10,38</b>	<b>20,91</b>	<b>64,21</b>	<b>396,84</b>			<b>13,8</b>	<b>15,09</b>	<b>81,34</b>	<b>510,8</b>	
<b>Завтрак 2</b>	Сок пакетированный	100	<b>0,54</b>	<b>0</b>	<b>10,1</b>	<b>42,2</b>		100	<b>0,54</b>	<b>0</b>	<b>10,1</b>	<b>42,2</b>	
<b>Обед</b>													
	Салат из свежкл отварной	30	0,48	1,8	3,3	31,2	0,48	50	0,8	3,0	5,5	52,0	24
	Суп картофельный с клёцками на курином бульоне со сметаной	150	2,2	2,4	10,1	71,8	2,2	200	3,0	3,3	13,5	95,8	91
	Жаркое по домашнему с курицей	160	15,5	7,13	19,2	203,8	15,5	200	19,5	8,9	24,0	254,75	284
	Компот из с/фруктов	150	0,06	0	16,4	65,7	0,06	180	0,07	0	19,6	78,8	394
	Хлеб пшеничный	25	2,02	0,32	10,9	55,25	2,02	30	2,43	0,39	13,08	66,3	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,6	54,3	1,98	40	2,64	0,48	18,12	72,4	
<b>Итого за обед</b>			<b>22,24</b>	<b>12,01</b>	<b>73,5</b>	<b>482,05</b>	<b>22,24</b>		<b>28,44</b>	<b>16,07</b>	<b>93,8</b>	<b>620,05</b>	
<b>Полдник</b>													
	Латшеник с творогом	130	11,35	9,89	26,61	241,38	226	150	13,31	11,66	31,2	283,0	226
	Кисель (соус)	20	0,08	0	2,25	9,53	517	30	1,22	0	3,38	14,3	517
	Чай с сахаром	170	0,08	0	12,44	49,76	411	200	0,09	0	15,3	58,5	411
<b>Итого за полдник</b>			<b>11,51</b>	<b>9,89</b>	<b>41,30</b>	<b>300,67</b>			<b>14,62</b>	<b>11,66</b>	<b>49,88</b>	<b>355,8</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>44,67</b>	<b>42,81</b>	<b>189,11</b>	<b>1221,76</b>			<b>57,4</b>	<b>42,82</b>	<b>235,12</b>	<b>1528,85</b>	