

Сезон: весна-лето

Утверждено:

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

Меню 13 марта 2024 г. (неделя 2, день 8)



Прием пищи	Наименование блюда	Ясли (10,5 ч.)			Сад (10,5 ч.)			Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	рецепт туры	Энергетическая ценность (ккал)	рецепт уры
		Пищевые вещества		У	Пищевые вещества		У					
		Б	Ж		Б	Ж						
Завтрак 1												
	Каша молочная вязкая геркулесовая	6,7	11,9	45,3			200	8,9	15,9	60,4	421,0	182
	Кофейный напиток с молоком	2,68	2,01	21,15			180	3,2	2,4	25,5	136,6	414
	Бутерброд с маслом	2,6	6,05	6,7			20/7/10	3,9	8,9	8,8	116,2	1
Итого за завтрак		11,98	19,96	73,15				16,0	27,1	94,7	673,8	
Завтрак 2	Сок пакетированный	0,54	0	10,1			100	0,54	0	10,1	42,2	
Обед	Салат из свежлы отварной	0,4	1,8	3			50	0,6	3,09	3,89	46,05	52
	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	1,0	2,9	9,1			200	1,4	3,9	12,1	89,8	83
	Кнели из кур с рисом	7,1	10,7	3,6			200	9,9	1,5	5,1	196,0	327
	Картофель тушеный с овощами/гороховое пюре	2,42	8,36	20,9			130	11,06	4,5	36	229	306
	Соус сметанный с томатом	0,06	0	16,4			30	0,07	0	19,6	78,8	373
	Компот из с/фруктов	1,62	0,32	10,9			180	0,07	0	19,6	78,8	394
	Хлеб пшеничный	1,98	0,36	13,6			20	1,62	0,26	8,72	44,2	
	Хлеб ржаной	14,58	24,44	77,5			40	2,64	0,48	18,12	72,4	
Итого за обед		5,18	5,32	7,0				27,29	13,73	103,53	756,25	
Полдник	Рыба запеченная в молочи. соусе	1,21	0,19	6,54			80	5,92	6,08	8,0	110,4	265
	Хлеб пшеничный	0,08	0	12,44			20	1,62	0,26	8,72	44,2	
	Чай с сахаром	6,47	5,51	25,98			200	0,09	0	14,6	58,5	411
Итого за полдник		33,57	49,91	186,73				7,63	6,34	31,32	213,1	
Итого за день		36,28	49,18	198,4				51,46	47,17	239,65	1685,35	