

Сезон: осень-зима

Меню 14 марта 2024 г. (неделя 2, день 9)

Утверждено:  
 Руководитель С/П "Детский сад "Росинка"  
 ГБОУ СОШ № 4 п.г.т. Безенчук  
 О.Ю. Лурова



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Ясли (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Вес блюда	Сад (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У				Б	Ж	У		
Завтрак 1	Каши молочная вязкая из гречневой крупы	150	6,2	8,4	37,7	252,2	182	200	8,2	11,2	50,9	336,0	182
	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	25/5/6	3,4	6,16	11,08	113,04	3	30/7/10	4,8	9,1	13,1	147,6	3
Итого за завтрак			12,4	16,96	68,78	478,34			15,88	23,18	88,0	619,3	
Завтрак 2	Сок пакешированный	100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2	
Обед	Салат из квашеной капусты	30	0,48	1,8	3,3	31,2		50	0,8	2,45	5,5	47,5	
	Суп картофельный с крутой (тшено) на мясном бульоне со сметаной	150	1,4	1,68	14,6	79,3	63	200	1,8	2,24	19,5	105,8	63
	Компота рыбная	50	7,1	1,4	4,3	57,9	271	70	9,94	1,96	6,02	81,0	271
	Картофельное пюре	110	2,64	4,95	17,38	124,3	337	130	3,12	11,44	22,35	204,88	337
	Компот из 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	54,5		40	2,64	0,48	18,12	72,4	
Итого за обед			15,68	15,24	82,01	467,95			20,8	18,96	104,17	656,68	
Полдник	Ватрушка с творогом	70	9,22	5,48	29,15	202,0	226	80	9,22	6,48	29,18	230,0	226
	Чай с сахаром	170	0,08	-	12,44	49,76	411	200	0,09	0	14,6	58,5	411
Итого за полдник			9,3	5,48	41,59	251,76			9,31	6,48	43,78	288,5	
Итого за день			37,92	37,68	202,48	1240,25			46,53	48,62	246,05	1606,68	