

Сезон: весна-лето

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

Меню 18 марта 2024 г. (неделя I, день I)

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