Сезон: весна-лето

Утверждаю:
Руководитель с\п "детский сад "Росинка"
ГБОУ СОШ № 4 п.г.т.Безенчук
О.Ю.Гурова

Меню 21 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*		
Завтрак 1													
	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*
Итого за завтрак			***10,38***	***20,91***	***64,21***	***396,84***			***13,8***	***15,09***	***81,34***	***510,8***	
Завтрак 2	*Сок пакетированный*	*100*	***0,54***	***0***	***10,1***	***42,2***		*100*	***0,54***	***0***	***10,1***	***42,2***	
Обед	*Салат из свеклы 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*	
Итого за обед			***22,24***	***12,01***	***73,5***	***482,05***	***22,24***		***28,44***	***16,07***	***93,8***	***620,05***	
Полдник	*Лапшевник 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*
Итого за полдник			***11,51***	***9,89***	***41,30***	***300,67***			***14,62***	***11,66***	***49,88***	***355,8***	
Итого за день			***44,67***	***42,81***	***189,11***	***1221,76***			***57,4***	***42,82***	***235,12***	***1528,85***	