

Сезон: осень-зима

Утверждено:

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



Меню 28 февраля 2024 г. (неделя 2, день 8)

Прием пищи	Наименование блюда	Если (10,5 ч.)			Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Пищевые вещества			Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Ясли (10,5 ч.)						Сад (10,5 ч.)										
		Б	Ж	У				Б	Ж	У				Б	Ж	У		
Завтрак 1																		
	Каша молочная вязкая геркулесовая	150	6,7	11,9	45,3	315,8	182	8,9	15,9	60,4	421,0	182						
	Кофейный напиток с молоком	150	2,68	2,01	21,15	113,8	414	3,2	2,4	25,5	136,6	414						
	Бутерброд с маслом	15/5/6	2,6	6,05	6,7	81,6	1	3,9	8,9	8,8	116,2	1						
Итого за завтрак			11,98	19,96	73,15	511,2		16,0	27,1	94,7	673,8							
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2		0,54	0	10,1	42,2							
Обед	Салат из свеклы отварной	30	0,4	1,8	3	27,6	52	0,6	3,09	3,89	46,05	52						
	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	150	1,0	2,9	9,1	67,3	63	1,4	3,9	12,1	89,8	83						
	Клеши из кур с рисом	160	7,1	10,7	3,6	140,0	327	9,9	1,5	5,1	196,0	327						
	Картофель тушеный с овощами/гороховое пюре	110	2,42	8,36	20,9	168	312	11,06	4,5	36	229	306						
	Соус сметанный с томатом	20	0,06	0	16,4	65,7	373	0,07	0	19,6	78,8	373						
	Компот из с/фруктов	150	1,62	0,32	10,9	44,2	394	0,07	0	19,6	78,8	394						
	Хлеб пшеничный	20	1,98	0,36	13,6	54,3		1,62	0,26	8,72	44,2							
	Хлеб ржаной	30	14,58	24,44	77,5	567,1		2,64	0,48	18,12	72,4							
Итого за обед			5,18	5,32	7,0	96,6		27,29	13,73	103,53	756,25							
Полдник	Рыба запеченная в молочн. соусе	70	1,21	0,19	6,54	33,15	265	5,92	6,08	8,0	110,4	265						
	Хлеб пшеничный	15	0,08	0	12,44	49,76		1,62	0,26	8,72	44,2							
	Чай с сахаром	170	6,47	5,51	25,98	179,51	411	0,09	0	14,6	58,5	411						
Итого за полдник			33,57	49,91	186,73	1300,01		7,63	6,34	31,32	213,1							
Итого за день			36,28	49,18	198,4	1368,11		51,46	47,17	239,65	1685,35							