*Сезон: весна-лето*

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

*Меню 12 апреля 2024 г. (неделя 2, день 10)*

| Прием пищи | Наименование блюда | Ясли (10,5 ч.) Вес блюда | Пищевые вещества Б | Ж | У | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры | Сад (10,5 ч.) Вес блюда | Пищевые вещества Б | Ж | У | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| *Завтрак 1* | | | | | | | | | | | | | |
| | *Омлет натуральный* | 120 | 10,9 | 22,3 | 11,5 | 289,6 | 229 | 130 | 11,8 | 23,9 | 12,5 | 313,7 | 229 |
| | *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* | *2,04* | *4,42* | *10,94* | *110,2* | *3* | *30/7* | *2,5* | *6,2* | *13,14* | *136,0* | *3* |
| ***Итого за завтрак*** | | | ***15,62*** | ***28,73*** | ***43,59*** | ***513,6*** | | | ***17,5*** | ***32,5*** | ***51,14*** | ***586,3*** | |
| ***Завтрак 2*** | *Сок пакетированный* | *100* | ***0,54*** | ***0*** | ***10,1*** | ***42,2*** | | *100* | ***0,54*** | ***0*** | ***10,1*** | ***42,2*** | |
| ***Обед*** | *Салат из репчатого лука* | *30* | *0,4* | *1,2* | *4* | *28,7* | *11* | *50* | *0,9* | *0,05* | *11,4* | *49,5* | *11* |
| | *Суп картофельный с крупой (рис) и томатом на мясном бульоне со сметаной* | *150* | *1,32* | *1,69* | *12,34* | *69,9* | *86* | *200* | *1,76* | *2,26* | *16,46* | *93,2* | *86* |
| | *Капуста тушеная с мясом* | *160* | *3,2* | *5,76* | *16,96* | *132,8* | *354* | *200* | *4,0* | *7,2* | *21,2* | *166,0* | *354* |
| | *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* | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| ***Итого за обед*** | | | ***8,98*** | ***9,33*** | ***74,2*** | ***406,65*** | | | ***11,8*** | ***10,38*** | ***99,86*** | ***526,2*** | |
| ***Полдник*** | *Кондитерские изделия* | *40* | *3,14* | *2,63* | *21,94* | *138,29* | | *70* | *5,5* | *4,6* | *38,4* | *242,0* | |
| | *Чай с молоком* | *170* | *1,1* | *1,3* | *14,0* | *72,0* | *420* | *200* | *1,3* | *1,5* | *16,4* | *84,6* | *420* |
| | | | | | | | | | | | | | |
| ***Итого за полдник*** | | | ***4,24*** | ***3,93*** | ***35,94*** | ***210,3*** | | | ***6,8*** | ***6,1*** | ***54,8*** | ***326,6*** | |
| ***Итого за день*** | | | ***29,38*** | ***41,99*** | ***163,83*** | ***1172,75*** | | | ***36,64*** | ***48,98*** | ***215,9*** | ***1481,3*** | |