

Сезон: осень-зима

Меню 28 марта 2024 г. (неделя 2, день 9)

Утверждено:
 Руководитель СП "Детский сад "Росинка"
 ГБОУ СОШ № 4 п.г.т. Безенчук
 О.Ю. Гурова

Прием пищи	Наименование блюда	Если (10,5 ч.)						Если (10,5 ч.)								
		Пищевые вещества		Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж					У	Б				Ж	У		
Завтрак 1																
	Каши молочная вязкая из гречневой крупы	6,2	8,4	37,7	252,2	150	182	200	8,2	11,2	50,9	336,0	182			
	Какао с молоком	2,8	2,4	20,0	113,1	150	416	180	3,38	2,88	24,0	135,7	416			
	Бутерброд с маслом	3,4	6,16	11,08	113,04	25/5/6	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 пакетированный	0,54	0	10,1	42,2	100		100	0,54	0	10,1	42,2				
Обед	Салат из квашеной капусты	0,48	1,8	3,3	31,2	30		50	0,8	2,45	5,5	47,5				
	Суп картофельный с крупой (пишено) на мясном бульоне со сметаной	1,4	1,68	14,6	79,3	150	63	200	1,8	2,24	19,5	105,8	63			
	Котлета рыбная	7,1	1,4	4,3	57,9	50	271	70	9,94	1,96	6,02	81,0	271			
	Картофельное пюре	2,64	4,95	17,38	124,3	110	337	130	3,12	11,44	22,35	204,88	337			
	Компот из с/фруктов	0,06	0	16,4	65,7	150	394	180	0,07	0	19,6	78,8	394			
	Хлеб пшеничный	2,02	0,32	10,9	55,25	25		30	2,43	0,39	13,08	66,3				
	Хлеб ржаной	1,98	0,36	13,6	54,3	30		40	2,64	0,48	18,12	74,4				
Итого за обед		15,68	15,24	82,01	467,95				20,8	18,96	104,17	656,68				
Полдник	Ватрушка с творогом	9,22	5,48	29,15	202,0	70	226	80	9,22	6,48	29,18	230,0	226			
	Чай с сахаром	0,08	-	12,44	49,76	170	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				