

# МБОУ СОШ № 8 с/п "Детский сад" Белочка"

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 12 часов

меню на 19 июля 2023 года (среда)

прием пищи	наименование блюда	вес блюда		пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецептуры
		ясли	сад	белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Запеканка творожная с рисом	103,000	103,000	16,200	17,120	16,113	296,180	319
	Кофе с молоком	150,000	150,000	2,400	2,025	11,925	59,250	513
	Подлив сладкий на абрикосовом повидле	30,000	30,000	0,107	0,000	31,630	121,890	
	Батон йодированный	20,000	30,000	2,250	0,870	15,420	78,600	117
	Масло сливочное	3,000	5,000	0,033	6,850	0,067	62,333	111
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>306,000</b>	<b>318,000</b>	<b>20,990</b>	<b>26,865</b>	<b>75,155</b>	<b>618,253</b>	
<b>Второй завтрак</b>	Фрукты - бананы	108,000	<b>116,000</b>	1,044	0,000	28,066	114,429	118
<b>Итого за второй завтрак:</b>		<b>108,000</b>	<b>116,000</b>	<b>1,044</b>	<b>0,000</b>	<b>28,066</b>	<b>114,429</b>	
Обед	Щи на курином бульоне со сметаной	150,000	200,000	1,400	3,980	6,220	66,400	147
	Котлета куриная	60,000	70,000	10,500	7,500	6,500	13,200	417
	Каша перловая рассыпчатая	80,000	100,000	3,060	4,490	20,980	139,500	248
	Соус том.молочн	30,000	50,000	0,540	1,865	3,470	32,800	462
	Компот из сухофруктов	150,000	200,000	0,660	0,000	24,295	97,950	
	Хлеб крестьянский	20,000	30,000	2,280	2,240	14,760	70,800	114
	Хлеб жито	20,000	30,000	6,980	0,360	10,020	52,200	115
<b>Итого за обед:</b>		<b>510,000</b>	<b>680,000</b>	<b>25,420</b>	<b>20,435</b>	<b>86,245</b>	<b>472,850</b>	
<b>Полдник</b>	Кефир с сахаром	107,000	150,000	4,350	3,750	6,000	75,000	535
<b>Итого за полдник:</b>		<b>107,000</b>	<b>150,000</b>	<b>4,350</b>	<b>3,750</b>	<b>6,000</b>	<b>75,000</b>	
Ужин	Рыба минтай в яйце	120,000	120,000	14,071	8,210	2,897	14,148	
	Пюре картофельн.	80,000	100,000	2,100	4,400	10,900	92,000	434
	Чай с сахаром	150,000	200,000	0,100	0,000	15,000	60,000	502
	Хлеб крестьянский	10,000	20,000	1,520	0,160	9,840	47,000	114
<b>Итого за ужин</b>		<b>360,000</b>	<b>440,000</b>	<b>17,791</b>	<b>12,770</b>	<b>38,637</b>	<b>213,148</b>	

Ответственная за питание зав.хозяйством Г.Е. Баганова