

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

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 12 часов

меню на 21 июля (пятница)

прием пищи	наименование блюда	вес блюда		пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецептуры
		ясли	сад	белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Каша пшённая молочная	150,000	200,000	7,800	9,460	35,800	283,600	273
	Чай с сахаром	150,000	200,000	0,100	0,000	15,000	60,000	502
	Батон йодированный	20,000	30,000	2,250	0,870	15,420	78,600	117
	Джем абрикосовый	15,000	20,000	0,080	0,000	10,320	39,800	111
Итого за завтрак:		335,000	450,000	10,230	10,330	76,540	462,000	
Второй завтрак	Фрукты - яблоки, апельсины	108,000	120,000	0,416	0,315	11,012	46,680	118,00
Итого за второй завтрак:		108,000	120,000	0,416	0,315	11,012	46,680	
Обед	Суп картофельный горохом на курином б-не	150,000	200,000	7,419	2,511	10,809	98,376	
	Котлета из курицы	60,000	70,000	9,000	6,429	5,571	113,143	417
	Капуста тушеная	90,000	110,000	4,440	4,320	4,680	75,600	43
	Компот из яблок сухих	150,000	200,000	0,300	0,000	20,100	81,000	531
	Хлеб крестьянский	20,000	30,000	2,280	2,240	14,760	70,500	114
	Хлеб жито	20,000	30,000	1,980	0,360	10,020	52,200	115
Итого за обед:		490,000	640,000	25,419	15,860	65,940	490,819	
Полдник	Кефир с сахаром	107,000	150,000	4,350	3,750	6,000	75,000	535
Итого за полдник:		107,000	150,000	4,350	3,750	6,000	75,000	
Ужин	Тефтели из минтая в молочном соусе	80,000	120,000	8,700	5,300	9,600	121,000	355
	Рис припущенный	80,000	100,000	2,360	4,030	21,600	132,100	420
	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
Итого за ужин		320,000	440,000	12,680	9,490	56,040	360,100	

Ответственная за питание зав.хозяйством Г.Е. Баганова

Руководитель СП Д/С "Белочка" Ж.В. Белогурова