

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

**Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 12 часов**

**28 августа 2023 (понедельник)**

| прием пищи                      | наименование блюда                                               | вес блюда      |                | пищевые вещества |               |               | энергетическая ценность | № рецептуры |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------|----------------|------------------|---------------|---------------|-------------------------|-------------|
|                                 |                                                                  | ясли           | сад            | белки            | жиры          | углеводы      |                         |             |
| Завтрак                         | Каша пшеничная молочная                                          | 150            | 200            | 7,400            | 7,480         | 36,500        | 243,000                 | 270         |
|                                 | Чай с сахаром                                                    | 150            | 200            | 0,100            | 0,000         | 15,000        | 60,000                  | 502         |
|                                 | Батон йодированный                                               | 17             | 27             | 2,25             | 0,87          | 15,42         | 78,60                   | 117         |
|                                 | Масло сливочное 72%                                              | 3              | 5              | 0,025            | 4,125         | 0,040         | 37,400                  | 111         |
| <b>Итого за завтрак:</b>        |                                                                  | <b>320,00</b>  | <b>432,00</b>  | <b>9,78</b>      | <b>12,48</b>  | <b>66,96</b>  | <b>419,00</b>           |             |
| второй завтрак                  | Фрукты-апельсины                                                 | 0,00           | 116,00         | 0,40             | 0,30          | 10,300        | 47,00                   | 118,00      |
|                                 | Фрукты - яблоки                                                  | 108,00         | 114,00         |                  |               |               |                         |             |
| <b>итого за второй завтрак:</b> |                                                                  | <b>108,00</b>  | <b>230,00</b>  | <b>0,40</b>      | <b>0,30</b>   | <b>10,30</b>  | <b>47,00</b>            |             |
| Обед                            | Борщ вегетарианский со свежей капустой и картофелем, со сметаной | 150,000        | 200,000        | 1,460            | 4,000         | 8,520         | 76,000                  | 133         |
|                                 | Рожки отварные                                                   | 110,000        | 120,000        | 3,770            | 0,450         | 19,360        | 96,600                  | 297         |
|                                 | Тефтели из минтая в молочном соусе                               | 80,000         | 120,000        | 8,700            | 5,300         | 9,600         | 121,000                 | 355         |
|                                 | компот из изюма                                                  | 150,000        | 200,000        | 0,300            | 0,000         | 20,100        | 81,000                  | 531         |
|                                 | хлеб пшеничный                                                   | 18,000         | 28,000         | 2,280            | 0,240         | 14,760        | 70,500                  | 114         |
|                                 | Хлеб жито                                                        | 22,000         | 32,000         | 1,980            | 0,360         | 10,020        | 52,200                  | 115         |
| <b>Итого за обед:</b>           |                                                                  | <b>530,00</b>  | <b>700,00</b>  | <b>18,49</b>     | <b>10,35</b>  | <b>82,36</b>  | <b>497,30</b>           |             |
| Полдник                         | Кисель на персиковом повидле                                     | 150,00         | 150,00         | 0,100            | 0,000         | 38,300        | 154,000                 | 517         |
|                                 |                                                                  |                |                |                  |               |               |                         |             |
| <b>Итого за полдник:</b>        |                                                                  | <b>150,00</b>  | <b>150,00</b>  | <b>0,10</b>      | <b>0,00</b>   | <b>38,30</b>  | <b>154,00</b>           |             |
| Ужин                            | Сырники из 9% творога                                            | 80,000         | 100,000        | 17,600           | 13,566        | 22,733        | 283,066                 | 327         |
|                                 | Молоко сгущенное                                                 | 31,000         | 40,000         | 2,880            | 3,400         | 22,200        | 131,200                 | 490         |
|                                 | Чай с сахаром                                                    | 150,000        | 200,000        | 0,100            | 0,000         | 15,000        | 60,000                  | 502         |
|                                 | Хлеб пшеничный                                                   | 10,000         | 20,000         | 1,520            | 0,160         | 9,849         | 47,000                  | 114         |
| <b>итого за ужин</b>            |                                                                  | <b>271,000</b> | <b>360,000</b> | <b>20,580</b>    | <b>16,966</b> | <b>59,933</b> | <b>474,266</b>          |             |

Ответственная за питание зав.склад Глущенко В.В.

Зам. директора по УВР Швайбович М.А.