

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

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

**30 августа 2023 (среда)**

| прием<br>пищи                   | наименование<br>блюда                   | вес блюда      |                | пищевые вещества |               |               | энергетическая<br>ценность | №<br>рецепту<br>ры |
|---------------------------------|-----------------------------------------|----------------|----------------|------------------|---------------|---------------|----------------------------|--------------------|
|                                 |                                         | ясли           | сад            | белки            | жиры          | углеводы      |                            |                    |
| Завтрак                         | Каша пшённая на натуральном молоке      | 150            | 200            | 7,800            | 9,460         | 35,800        | 283,600                    | 273                |
|                                 | Кофе на натур молоке                    | 150            | 150            | 3,200            | 2,700         | 15,900        | 79,000                     | 513                |
|                                 | Масло сливочное 72%                     | 3              | 5              | 0,025            | 4,125         | 0,040         | 37,400                     | 111                |
|                                 | Батон йодированный                      | 24             | 34             | 2,25             | 0,87          | 15,42         | 78,60                      | 117                |
| <b>Итого за завтрак:</b>        |                                         | <b>327,00</b>  | <b>389,00</b>  | <b>13,28</b>     | <b>17,16</b>  | <b>67,16</b>  | <b>478,60</b>              |                    |
| второй<br>завтрак               | Фрукты - бананы                         | 122,00         | 128,00         | 0,72             | 0,72          | 17,640        | 81,00                      |                    |
| <b>итого за второй завтрак:</b> |                                         | <b>122,00</b>  | <b>128,00</b>  | <b>0,72</b>      | <b>0,72</b>   | <b>17,64</b>  | <b>81,00</b>               |                    |
| Обед                            | Борщ на курином бульоне со сметаной     | 150,000        | 200,000        | 1,460            | 4,000         | 8,520         | 76,000                     | 133                |
|                                 | Плов из курицы                          | 130,000        | 170,000        | 6,095            | 6,057         | 14,438        | 136,762                    | 411                |
|                                 | Соус том. сметанный                     | 30,000         | 50,000         | 1,720            | 10,625        | 3,165         | 115,150                    | 453                |
|                                 | компот из сухофруктов                   | 150,000        | 200,000        | 0,660            | 0,000         | 24,295        | 97,950                     |                    |
|                                 | хлеб пшеничный                          | 15,000         | 25,000         | 2,280            | 0,240         | 14,760        | 70,500                     | 114                |
|                                 | Хлеб жито                               | 20,000         | 30,000         | 1,980            | 0,360         | 10,020        | 52,200                     | 115                |
| <b>Итого за обед:</b>           |                                         | <b>495,00</b>  | <b>675,00</b>  | <b>14,20</b>     | <b>21,28</b>  | <b>75,20</b>  | <b>548,56</b>              |                    |
| Полдник                         | Кефир с сахаром                         | 155,00         | 155,00         | 4,350            | 3,750         | 6,000         | 75,000                     | 535                |
| <b>Итого за полдник:</b>        |                                         | <b>155,00</b>  | <b>155,00</b>  | <b>4,35</b>      | <b>3,75</b>   | <b>6,00</b>   | <b>75,00</b>               |                    |
| Ужин                            | Запеканка из 9% творога с манной крупой | 109,000        | 129,000        | 17,600           | 18,480        | 17,526        | 311,666                    | 319                |
|                                 | Соус на натуральном молоке сладкий      | 30,000         | 30,000         | 0,780            | 1,908         | 4,713         | 39,150                     | 449                |
|                                 | 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         | 9,840         | 47,000                     | 114                |
| <b>итого за ужин</b>            |                                         | <b>299,000</b> | <b>379,000</b> | <b>20,000</b>    | <b>20,548</b> | <b>47,079</b> | <b>457,816</b>             |                    |

Ответственная за питание зав.склад Глущенко В.В.

Зам. директора по УВР Швайбович М.А.

