

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

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 12 часов
меню на 15 сентября (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 молоком	150,000	150,000	1,125	0,975	13,050	65,250	507
	Хлеб крестьянский	20,000	30,000	2,280	0,240	14,760	70,500	114
	Джем абрикосовый	15,000	20,000	0,080	0,000	10,320	39,800	111
Итого за завтрак:		335,000	400,000	11,285	10,675	73,930	459,150	
Второй завтрак	Фрукты - апельсины	96,000	102,000	0,358	0,268	9,216	42,053	118,00
Итого за второй завтрак:		96,000	102,000	0,358	0,268	9,216	42,053	
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	17,000	27,000	2,052	0,261	13,284	63,720	114
	Хлеб жито	20,000	30,000	1,980	0,360	10,020	52,200	115
Итого за обед:		487,000	637,000	25,191	13,881	64,464	484,039	
Полдник	Кефир с сахаром	100,000	100,000	2,900	2,500	4,000	50,000	535
Итого за полдник:		100,000	100,000	2,900	2,500	4,000	50,000	
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