

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

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 12 часов

04 октября 2023 (среда)

прием пищи	наименование блюда	вес блюда		пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецепту ры
		ясли	сад	белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Омлет натуральный	100	120	10,338	16,061	2,769	195,692	307
	Зелёный горошек	27	27	0,930	0,060	1,950	12,000	
	Кофе на натур молоке	150	150	3,200	2,700	15,900	79,000	513
	Батон йодированный	18	28	2,25	0,87	15,42	78,60	117
	Масло сливочное 72%	3	3	0,025	4,125	0,040	37,400	111
Итого за завтрак:		298,00	328,00	16,74	23,82	36,08	402,69	
второй завтрак	Фрукты - бананы	106,00	112,00	0,72	0,72	17,640	81,00	
итого за второй завтрак:		106,00	112,00	0,72	0,72	17,64	81,00	
Обед	Суп домашняя лапша с курой	150,000	200,000	2,040	4,460	11,120	88,800	162
	Котлета куриная	60,000	70,000	10,500	7,500	6,500	131,999	417
	Каша перловая рассыпчатая	80,000	100,000	3,060	4,490	20,980	139,500	248
	Салат луковый	8,000	8,000	0,098	0,998	1,635	24,640	
	Соус томатно-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 пшеничный	20,000	30,000	2,280	0,240	14,760	70,500	114
	Хлеб жито	20,000	29,000	1,980	0,360	10,020	52,200	115
Итого за обед:		518,00	687,00	21,16	19,91	92,78	638,39	
Полдник	Кефир с сахаром	151,00	151,00	4,350	3,750	6,000	75,000	535
Итого за полдник:		151,00	151,00	4,35	3,75	6,00	75,00	
	Вареники ленивые из 9% творога	99,000	119,000	21,214	16,143	20,500	312,142	331
	Чай с лимоном	150,000	200,000	0,100	0,000	15,200	61,000	505
	Хлеб пшеничный	10,000	20,000	1,520	0,160	9,840	47,000	114

ИТОГО за ужин		259,000	339,000	22,834	16,303	45,540	420,142	
------------------	--	---------	---------	--------	--------	--------	---------	--

Ответственная за питание зав.склад Глущенко В.В.

Зам. директора по УВР Швайбович М.А.