

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

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

**16 октября 2023 (понедельник)**

| прием пищи                      | наименование блюда                       | вес блюда     |               | пищевые вещества |              |              | энергетическая ценность | № рецептуры |
|---------------------------------|------------------------------------------|---------------|---------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|-------------|
|                                 |                                          | ясли          | сад           | белки            | жиры         | углеводы     |                         |             |
| Завтрак                         | Каша молочная "Дружба"                   | 150           | 200           | 5,260            | 11,660       | 25,060       | 226,200                 | 266         |
|                                 | Чай с сахаром                            | 150           | 200           | 0,100            | 0,000        | 15,000       | 60,000                  | 502         |
|                                 | Батон йодированный                       | 23            | 32            | 2,25             | 0,87         | 15,42        | 78,60                   | 117         |
|                                 | Масло сливочное 72%                      | 3             | 3             | 0,025            | 4,125        | 0,040        | 37,400                  | 111         |
| <b>Итого за завтрак:</b>        |                                          | <b>326,00</b> | <b>435,00</b> | <b>7,64</b>      | <b>16,66</b> | <b>55,52</b> | <b>402,20</b>           |             |
|                                 |                                          |               |               |                  |              |              |                         |             |
| второй завтрак                  | Фрукты - яблоки                          | 108,00        | 114,00        | 0,40             | 0,30         | 10,300       | 47,00                   | 118         |
| <b>итого за второй завтрак:</b> |                                          | <b>108,00</b> | <b>114,00</b> | <b>0,40</b>      | <b>0,30</b>  | <b>10,30</b> | <b>47,00</b>            |             |
|                                 |                                          |               |               |                  |              |              |                         |             |
| Обед                            | Суп картофельный с горохом               | 200,000       | 200,000       | 1,840            | 3,400        | 12,100       | 86,400                  | 149         |
|                                 | Котлета рыбная из минтая                 | 50,000        | 70,000        | 9,730            | 1,470        | 6,720        | 79,100                  | 351         |
|                                 | Вермишель отварная                       | 80,000        | 100,000       | 3,770            | 0,450        | 19,360       | 96,600                  | 297         |
|                                 | Соус том.-молочный                       | 30,000        | 50,000        | 0,540            | 1,865        | 3,470        | 32,800                  | 462         |
|                                 | Салат луковый                            | 8,000         | 8,000         | 0,098            | 0,998        | 1,635        | 24,640                  |             |
|                                 | компот из изюма                          | 150,000       | 200,000       | 0,096            | 0,000        | 11,132       | 37,209                  |             |
|                                 | хлеб пшеничный                           | 22,000        | 32,000        | 2,280            | 0,240        | 14,760       | 70,500                  | 114         |
|                                 | Хлеб жито                                | 20,000        | 29,000        | 1,980            | 0,360        | 10,020       | 52,200                  | 115         |
| <b>Итого за обед:</b>           |                                          | <b>560,00</b> | <b>689,00</b> | <b>20,33</b>     | <b>8,78</b>  | <b>79,20</b> | <b>479,45</b>           |             |
|                                 |                                          |               |               |                  |              |              |                         |             |
| Полдник                         | Кисель на соке грушевом                  | 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                            | Запеканка из 9% творога с рисовой крупой | 110,000       | 110,000       | 17,600           | 18,480       | 17,526       | 311,666                 | 319         |
|                                 | Соус молочн сладкий                      | 30,000        | 30,000        | 0,780            | 1,908        | 4,713        | 39,150                  | 449         |
|                                 | 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<br>ужин |  | 300,000 | 360,000 | 18,480 | 20,388 | 37,439 | 411,816 |  |
|------------------|--|---------|---------|--------|--------|--------|---------|--|

Ответственная за питание зав.склад Глущенко В.В.

Зам. директора по УВР Швайбович М.А.