

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

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 12 часов

27 октября 2023 (пятница)

| прием пищи | наименование блюда | вес блюда | | пищевые вещества | | | энергетическая ценность | № рецептуры |
|---------------------------------|---------------------------------|----------------|----------------|------------------|---------------|---------------|-------------------------|---------------|
| | | ясли | сад | белки | жиры | углеводы | | |
| Завтрак | Суп молочный с вермишелью | 150 | 200 | 5,700 | 5,260 | 18,980 | 146,000 | 171 |
| | Чай с сахаром | 150 | 200 | 0,100 | 0,000 | 15,000 | 60,000 | 502 |
| | Батон йодированный | 20 | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,60 | 117 |
| | Джем абрикосовый | 19 | 24 | 0,10 | 0,00 | 13,76 | 53,00 | |
| Итого за завтрак: | | 339,00 | 454,00 | 8,15 | 6,13 | 63,16 | 337,60 | |
| второй завтрак | Фрукты - яблоки, апельсины | 108,00 | 111,00 | 0,40 | 0,30 | 10,300 | 47,00 | 118,00 |
| итого за второй завтрак: | | 108,00 | 111,00 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 | 118,00 |
| Обед | Уха из горбуши | 150,000 | 200,000 | 7,244 | 4,155 | 6,038 | 89,362 | |
| | Суфле из говяжьей печени | 75,000 | 95,000 | 10,182 | 34,698 | 40,834 | 126,120 | |
| | Картофельное пюре | 80,000 | 100,000 | 2,100 | 4,400 | 10,900 | 92,000 | 434 |
| | Салат из свежей капусты с луком | 30,000 | 50,000 | 1,050 | 5,050 | 4,650 | 68,000 | 1 |
| | Чеснок | 1,000 | 2,000 | 0,195 | 0,000 | 0,156 | 1,380 | |
| | компот из яблок сухих | 150,000 | 200,000 | 0,300 | 0,000 | 20,100 | 81,000 | 531 |
| | хлеб пшеничный | 20,000 | 30,000 | 2,280 | 0,240 | 14,760 | 70,500 | 114 |
| | Хлеб жито | 17,000 | 27,000 | 1,980 | 0,360 | 10,020 | 52,200 | 115 |
| Итого за обед: | | 523,00 | 704,00 | 25,33 | 48,90 | 107,46 | 580,56 | |
| Полдник | Кефир с сахаром | 152,00 | 152,00 | 4,350 | 3,750 | 6,000 | 75,000 | 535 |
| Итого за полдник: | | 152,00 | 152,00 | 4,35 | 3,75 | 6,00 | 75,00 | |
| Ужин | Рыба минтай тушёная с овощами | 100,000 | 100,000 | 11,400 | 6,171 | 5,400 | 122,572 | 349 |
| | Рис припущенный рассыпчатый | 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 пшеничный | 10,000 | 20,000 | 1,520 | 0,160 | 9,840 | 47,000 | 114 |
| Итого за ужин | | 340,000 | 420,000 | 15,380 | 10,361 | 51,840 | 361,672 | |

Ответственная за питание зав.склад Глущенко В.В.

Зам. директора по УВР Швайбович М.А.