

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

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

**01 декабря 2023 (пятница)**

| прием<br>пищи                   | наименование<br>блюда                              | вес блюда      |                | пищевые вещества |              |               | энергетическая<br>ценность | №<br>рецепту<br>ры |
|---------------------------------|----------------------------------------------------|----------------|----------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------|--------------------|
|                                 |                                                    | 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                                 | 16             | 26             | 2,25             | 0,87         | 15,42         | 78,60                      | 117                |
|                                 | Джем персиковый                                    | 17             | 22             | 0,100            | 0,000        | 13,760        | 53,000                     | 111                |
| <b>Итого за завтрак:</b>        |                                                    | <b>333,00</b>  | <b>448,00</b>  | <b>8,15</b>      | <b>6,13</b>  | <b>63,16</b>  | <b>337,60</b>              |                    |
|                                 |                                                    |                |                |                  |              |               |                            |                    |
| второй завтрак                  | Фрукты - апельсины                                 | 0,00           | 111,00         | 0,40             | 0,30         | 10,300        | 47,00                      | 118,00             |
|                                 | Сок яблочный                                       | 100,00         | 0,00           | 1,00             | 0,00         | 25,400        | 110,00                     | 537,00             |
| <b>итого за второй завтрак:</b> |                                                    | <b>100,00</b>  | <b>111,00</b>  | <b>1,40</b>      | <b>0,30</b>  | <b>35,70</b>  | <b>157,00</b>              |                    |
|                                 |                                                    |                |                |                  |              |               |                            |                    |
| Обед                            | Суп рассольник на мясо костном бульоне со сметаной | 150,000        | 200,000        | 4,757            | 6,160        | 10,715        | 113,204                    |                    |
|                                 | Котлета из говядины                                | 60,000         | 60,000         | 12,460           | 12,250       | 10,010        | 200,200                    | 386                |
|                                 | Салат луковый                                      | 8,000          | 8,000          | 0,098            | 0,998        | 1,635         | 24,640                     |                    |
|                                 | Капуста тушёная                                    | 90,000         | 110,000        | 4,440            | 4,320        | 4,680         | 75,600                     | 428                |
|                                 | 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                |
| <b>Итого за обед:</b>           |                                                    | <b>495,00</b>  | <b>27,00</b>   | <b>26,31</b>     | <b>24,33</b> | <b>71,92</b>  | <b>617,34</b>              |                    |
|                                 |                                                    |                |                |                  |              |               |                            |                    |
| Полдник                         | Кефир с сахаром                                    | 153,00         | 153,00         | 4,350            | 3,750        | 6,000         | 75,000                     | 535                |
|                                 |                                                    |                |                |                  |              |               |                            |                    |
| <b>Итого за полдник:</b>        |                                                    | <b>153,00</b>  | <b>153,00</b>  | <b>4,35</b>      | <b>3,75</b>  | <b>6,00</b>   | <b>75,00</b>               |                    |
|                                 |                                                    |                |                |                  |              |               |                            |                    |
| Ужин                            | Тефтели из минтая в молочном соусе                 | 80,00          | 120,00         | 8,70             | 5,30         | 9,60          | 121,00                     | 355                |
|                                 | Картофельное пюре                                  | 80,000         | 100,000        | 2,100            | 4,400        | 10,900        | 92,000                     | 434                |
|                                 | 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                |
| <b>итого за ужин</b>            |                                                    | <b>240,000</b> | <b>320,000</b> | <b>3,720</b>     | <b>4,560</b> | <b>35,940</b> | <b>200,000</b>             |                    |

Ответственная за питание зав.склад Глущенко В.В.

Зам. директора по УВР Швайбович М.А.