

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

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 12 часов

13 декабря 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	32	52	0,930	0,060	1,950	12,000	
	Какао на натур молоке	150	150	5,000	4,400	31,700	186,000	509
	Батон йодированный	18	28	2,25	0,87	15,42	78,60	117
	Масло сливочное 72%	3	5	0,025	4,125	0,040	37,400	111
Итого за завтрак:		303,00	355,00	18,54	25,52	51,88	509,69	
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 крестьянский на мясо костном бульоне	150,000	200,000	4,409	6,082	7,815	100,230	
	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	
	Рис припущенный рассыпчатый	80,000	100,000	2,360	4,030	21,600	132,100	420
	Соус томатно - молочный	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	17,000	27,000	1,980	0,360	10,020	52,200	115
Итого за обед:		515,00	675,00	24,79	25,83	93,61	710,62	
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	Сырники из 9% творога	78,000	98,000	17,600	13,566	22,733	283,066	327
	Подлив сладкий на персиковом повидле	30,000	30,000	0,095	0,000	11,902	46,290	
	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		268,000	348,000	19,315	13,726	59,675	437,356	
--------------------------	--	----------------	----------------	---------------	---------------	---------------	----------------	--

Ответственная за питание зав.склад Глущенко В.В.

Зам. директора по УВР Швайбович М.А.