

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

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 12 часов

22 декабря 2023 (пятница)

прием пищи	наименование блюда	вес блюда		пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецепту 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	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	119,00	0,40	0,30	10,300	47,00	118,00
итого за второй завтрак:		108,00	119,00	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 с рисом	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	50,000	60,000	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:		543,00	714,00	25,33	48,90	107,46	580,56	
Полдник	Кефир с сахаром	143,00	143,00	4,350	3,750	6,000	75,000	535
Итого за полдник:		143,00	143,00	4,35	3,75	6,00	75,00	
Ужин	Рыба минтай тушёная в томате 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.