

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

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 12 часов

14 октября 2022 (пятница)

прием пищи	наименование блюда	вес блюда		пищевые вещества			энергетическая ценность	по рецепту
		ясли	сад	белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Каша пшённая	150	200	7,800	9,460	35,800	283,600	273
	Чай с сахаром	150	200	0,100	0,000	15,000	60,000	502
	Батон	20	30	2,25	0,87	15,42	78,60	117
	Джем	19	25	0,100	0,000	13,760	53,000	111
Итого за завтрак:		339,00	455,00	10,25	10,33	79,98	475,20	
второй завтрак	Фрукты - яблоки, апельсины	108,00	114,00	0,40	0,30	10,300	47,00	118,00
итого за второй завтрак:		108,00	114,00	0,40	0,30	10,30	47,00	
Обед	Суп картофельно гороховый на курином бульоне	150,000	200,000	7,419	2,511	10,809	98,376	
	Котлета куриная	60,000	70,000	10,500	7,500	6,500	132,000	417
	Чеснок	1,000	2,000	0,065	0,000	0,052	0,460	
	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	20,000	30,000	1,980	0,360	10,020	52,200	115
Итого за обед:		491,00	642,00	26,98	14,93	66,92	510,14	
Полдник	Кефир с сахаром	150,00	150,00	4,350	3,750	6,000	75,000	535
Итого за полдник:		170,00	220,00	4,35	3,75	6,00	75,00	
Ужин	Тефтели из минтая в молочном соусе	80,000	120,000	8,700	5,300	9,600	121,000	355
	Рис припущенный	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		320,000	440,000	12,680	9,490	56,040	360,100	

Ответственная за питание зав.хозяйством Г.Е. Баганова

руководитель СП Д/С "Белочка" Ж.В. Белогурова