

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

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 12 часов

13 октября 2022 (четверг)

прием пищи	наименование блюда	вес блюда		пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецептуры
		ясли	сад	белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Каша манная молочная	150	200	6,200	7,460	30,860	215,400	268
	Какао с молоком	150	200	5,000	4,400	31,700	186,000	509
	Батон	20	30	2,25	0,87	15,42	78,60	117
	Сыр	15	20	5,120	5,220	0,000	68,600	106
Итого за завтрак:		335,00	450,00	18,57	17,95	77,98	548,60	
второй завтрак	Фрукты - яблоки	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 рассольник на мкб со сметаной	150,000	200,000	4,757	6,160	10,715	113,204	
	Котлета мясная	60,000	70,000	12,460	12,250	10,010	200,200	386
	Картофельное пюре	80,000	100,000	2,100	4,400	109,000	92,000	434
	Салат луковый	8,000	8,000	0,098	0,998	1,635	24,640	
	Соус том.молочн	30,000	5,000	0,540	1,865	3,470	32,800	162
	компот из чернослива	150,000	200,000	0,096	0,000	11,132	37,209	
	хлеб пшеничный	20,000	29,000	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	639,00	24,31	26,27	170,74	622,75	
Полдник	Напиток из вишни	150,00	200,00	0,072	0,000	17,610	56,100	
	Печенье	20,00	20,00	1,50	2,36	14,98	83,42	
Итого за полдник:		170,00	220,00	1,57	2,36	32,59	139,52	
Ужин	Оладьи из печени	50,000	60,000	12,110	8,190	8,260	155,400	404
	Вермишель отварная	90,000	110,000	3,770	0,450	19,360	96,600	297
	Икра кабачковая	30,000	50,000	0,950	4,450	3,850	59,500	121
	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		330,000	440,000	18,450	13,250	56,510	419,500	