

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

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 12 часов

12 октября 2022 (среда)

прием пищи	наименование блюда	вес блюда		пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецептуры
		ясли	сад	белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Запеканка творожная с рисом	110	110	15,344	18,056	19,131	301,000	
	Кофе с молоком	150	200	3,200	2,700	15,900	79,000	513
	Молоко сгущенное	30	30	2,880	3,400	22,200	131,200	490
	Батон	20	30	2,25	0,87	15,42	78,60	117
	Масло сливочное	3	5	0,025	4,125	0,040	37,400	111
Итого за завтрак:		313,00	375,00	23,70	29,15	72,69	627,20	
второй завтрак	Фрукты - бананы	108,00	114,00	0,72	0,72	17,640	81,00	
итого за второй завтрак:		108,00	114,00	0,72	0,72	17,64	81,00	
Обед	Щи на курином бульоне со сметаной	150,000	200,000	1,400	3,980	6,220	66,400	147
	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	
	Рожки отварные	80,000	100,000	3,770	0,450	19,360	96,600	297
	Соус том.молочн	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	20,000	30,000	1,980	0,360	10,020	52,200	115	
Итого за обед:		511,00	682,00	21,20	14,40	84,68	548,91	
Полдник	Кефир с сахаром	150,00	150,00	4,350	3,750	6,000	75,000	535
Итого за полдник:		150,00	150,00	4,35	3,75	6,00	75,00	
Ужин	Рыба минтай в яйце	120,000	160,000	18,762	10,946	3,862	188,640	
	Пюре картофельн.	80,000	100,000	2,100	4,400	10,900	92,000	434
	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		360,000	480,000	22,482	15,506	39,602	387,640	
------------------	--	---------	---------	--------	--------	--------	---------	--