

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

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 12 часов

10 октября 2022 (понедельник)

прием пищи	наименование блюда	вес блюда		пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецептуры
		ясли	сад	белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Каша геркулесовая	150	200	7,160	9,400	28,800	228,400	272
	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
	Масло сливочное	3	5	0,025	4,125	0,040	37,400	111
Итого за завтрак:		323,00	435,00	9,54	14,40	59,26	404,40	
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	Борщ вегетарианский со сметаной	150,000	200,000	1,460	4,000	8,520	76,000	133
	Вермишель отварная	80,000	110,000	3,770	0,450	19,360	96,600	297
	Чеснок	1,000	2,000	0,065	0,000	0,052	0,460	
	Тефтели из горбуши в мол.соусе	80,000	120,000	8,700	5,300	9,600	121,000	355
	компот из изюма	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:		501,00	692,00	18,56	10,35	82,41	497,76	
Полдник	Кисель на повидле	150,00	200,00	0,100	0,000	38,300	154,000	517
Итого за полдник:		150,00	200,00	0,10	0,00	38,30	154,00	
	Салат картофельный со свеклой	50,000	70,000	0,929	5,135	6,766	77,700	
	Каша рисовая	150,000	0,000	5,540	8,620	32,400	229,400	274

Ужин	Пирож. с курагой	0,000	100,000	6,880	6,010	48,180	273,000	
	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	9,849	47,000	114
Итого за ужин		360,000	390,000	13,449	19,765	102,346	640,100	