

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

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 12 часов

03 апреля 2024 (среда)

прием пищи	наименование блюда	вес блюда		пищевые вещества			энергетич еская ценность	№ рецепту ры
		ясли	сад	белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Омлет натуральный	100	120	10,338	16,061	2,769	195,692	307
	Зелёный горошек	32	32	0,930	0,060	1,950	12,000	
	Какао на натур молоке	150	150	5,000	4,400	31,700	186,000	509
	Батон йодированный	15	25	2,25	0,87	15,42	78,60	117
	Масло сливочное 72%	3	5	0,025	4,125	0,040	37,400	111
Итого за завтрак:		300,00	332,00	18,54	25,52	51,88	509,69	
второй завтрак	Фрукты - бананы	130,00	145,00	0,72	0,72	17,640	81,00	
итого за второй завтрак:		130,00	145,00	0,72	0,72	17,64	81,00	
Обед	Суп крестьянский на мясо костном бульоне	150,000	200,000	4,409	6,082	7,815	100,230	
	Котлета из говядины	60,000	60,000	12,460	12,250	10,010	200,200	386
	Рожки отварные	80,000	110,000	3,770	0,450	19,360	96,600	297
	Соус томатно - молочный	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	16,000	26,000	2,280	0,240	14,760	70,500	114
	Хлеб жито	22,000	32,000	1,980	0,360	10,020	52,200	115
Итого за обед:		508,00	678,00	26,10	21,25	89,73	650,48	
Полдник	Кефир с сахаром	156,00	156,00	4,350	3,750	6,000	75,000	535
Итого за полдник:		156,00	156,00	4,35	3,75	6,00	75,00	
Ужин	Сырники из 9% творога	78,000	98,000	17,600	13,566	22,733	283,066	327
	Подлив сладкий на персиковом повидле	30,000	30,000	0,095	0,000	11,902	46,290	
	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		268,000	348,000	19,315	13,726	59,475	436,356	

Зам. директора по УВР Швайбович М.А.