

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

**Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 12 часов**

**29 мая 2025 (четверг)**

| прием<br>пищи                           | наименование<br>блюда                                     | вес блюда     |               | пищевые вещества |              |               | энергетическая<br>ценность | №<br>рецепту<br>ры |
|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------|---------------|---------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------|--------------------|
|                                         |                                                           | ясли          | сад           | белки            | жиры         | углеводы      |                            |                    |
| Завтрак                                 | Каша манная молочная                                      | 150           | 200           | 5,260            | 11,660       | 25,060        | 226,200                    | 266                |
|                                         | Какао на натур молоке                                     | 150           | 200           | 5,000            | 4,400        | 31,700        | 186,000                    | 509                |
|                                         | Батон йодированный                                        | 25            | 35            | 2,25             | 0,87         | 15,42         | 78,60                      | 117                |
|                                         | Масло сливочное                                           | 5             | 5             | 0,025            | 4,125        | 0,040         | 37,400                     | 111                |
| <b>Итого за<br/>завтрак:</b>            |                                                           | <b>330,00</b> | <b>440,00</b> | <b>12,54</b>     | <b>21,06</b> | <b>72,22</b>  | <b>528,20</b>              |                    |
|                                         |                                                           |               |               |                  |              |               |                            |                    |
| второй<br>завтрак                       | Фрукты - яблоки                                           | 108,00        | 114,00        | 0,40             | 0,30         | 10,300        | 47,00                      | 118,00             |
| <b>итого за<br/>второй<br/>завтрак:</b> |                                                           | <b>108,00</b> | <b>114,00</b> | <b>0,40</b>      | <b>0,30</b>  | <b>10,30</b>  | <b>47,00</b>               |                    |
|                                         |                                                           |               |               |                  |              |               |                            |                    |
| Обед                                    | Суп картофельный с<br>горохом на<br>мясококостном бульоне | 150,000       | 200,000       | 5,507            | 4,894        | 15,720        | 116,525                    |                    |
|                                         | Котлета из говядины                                       | 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                |
|                                         | Свекла тушёная с<br>томатной пастой                       | 50,000        | 70,000        | 1,230            | 2,979        | 8,722         | 65,890                     |                    |
|                                         | Компот из сухофруктов                                     | 150,000       | 200,000       | 0,660            | 0,000        | 24,295        | 97,950                     |                    |
|                                         | Хлеб пшеничный                                            | 25,000        | 35,000        | 2,280            | 0,240        | 14,760        | 70,500                     | 114                |
|                                         | Хлеб дарницкий                                            | 40,000        | 50,000        | 1,980            | 0,360        | 10,020        | 52,200                     | 115                |
| <b>Итого за<br/>обед:</b>               |                                                           | <b>555,00</b> | <b>725,00</b> | <b>26,22</b>     | <b>25,12</b> | <b>192,53</b> | <b>695,27</b>              |                    |
|                                         |                                                           |               |               |                  |              |               |                            |                    |
| Полдник                                 | Напиток из шиповника                                      | 150,00        | 200,00        | 0,700            | 0,300        | 22,800        | 97,000                     | 538                |
|                                         | Печенье                                                   | 20,00         | 20,00         | 2,250            | 2,940        | 22,320        | 125,100                    | 609                |
| <b>Итого за<br/>полдник:</b>            |                                                           | <b>170,00</b> | <b>220,00</b> | <b>2,95</b>      | <b>3,24</b>  | <b>45,12</b>  | <b>222,10</b>              | 1,15               |
|                                         |                                                           |               |               |                  |              |               |                            |                    |
| Ужин                                    | Каша гречневая<br>рассыпчатая на м/к                      | 150,000       | 200,000       | 12,414           | 12,582       | 44,502        | 293,650                    |                    |
|                                         | Соус томатно-<br>молочный                                 | 30,000        | 50,000        | 1,269            | 3,168        | 3,897         | 49,230                     |                    |
|                                         | Чай с сахаром                                             | 150,000       | 200,000       | 0,100            | 0,000        | 15,000        | 60,000                     | 502                |
|                                         | Хлеб пшеничный                                            | 20,000        | 20,000        | 2,280            | 0,240        | 14,760        | 70,500                     | 114                |

|                          |  |                |                |              |              |               |                |  |
|--------------------------|--|----------------|----------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--|
| <b>итого за<br/>ужин</b> |  | <b>200,000</b> | <b>270,000</b> | <b>3,649</b> | <b>3,408</b> | <b>33,657</b> | <b>179,730</b> |  |
|--------------------------|--|----------------|----------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--|

Ответственная за питание зав.склад Глущенко В.В.

Зам. директора по УВР Швайбович М.А.