

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

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

**16 сентября 2025 (вторник)**

| прием<br>пищи                           | наименование<br>блюда                   | вес блюда      |                | пищевые вещества |               |               | энергетическая<br>ценность | №<br>рецепту<br>ры |
|-----------------------------------------|-----------------------------------------|----------------|----------------|------------------|---------------|---------------|----------------------------|--------------------|
|                                         |                                         | ясли           | сад            | белки            | жиры          | углеводы      |                            |                    |
| Завтрак                                 | Омлет натуральный                       | 140            | 140            | 10,338           | 16,061        | 2,769         | 195,692                    | 307                |
|                                         | Зелёный горошек конс                    | 46             | 44             | 0,930            | 0,060         | 1,950         | 12,000                     |                    |
|                                         | Батон йодированный                      | 18             | 28             | 2,25             | 0,87          | 15,42         | 78,60                      | 117                |
|                                         | Какао на натур.молоке                   | 150            | 200            | 5,00             | 4,40          | 31,70         | 186,00                     | 509                |
|                                         | Сыр                                     | 10             | 14             | 5,120            | 5,220         | 0,000         | 68,600                     | 106                |
| <b>Итого за<br/>завтрак:</b>            |                                         | <b>364,00</b>  | <b>426,00</b>  | <b>23,64</b>     | <b>26,61</b>  | <b>51,84</b>  | <b>540,89</b>              |                    |
|                                         |                                         |                |                |                  |               |               |                            |                    |
| второй<br>завтрак                       | Фрукты - яблоки                         | 108,00         | 114,00         | 0,72             | 0,72          | 17,640        | 81,00                      |                    |
| <b>итого за<br/>второй<br/>завтрак:</b> |                                         | <b>108,00</b>  | <b>114,00</b>  | <b>0,72</b>      | <b>0,72</b>   | <b>17,64</b>  | <b>81,00</b>               |                    |
|                                         |                                         |                |                |                  |               |               |                            |                    |
| Обед                                    | Суп полевой на масо-<br>костном бульоне | 150,000        | 200,000        | 4,703            | 6,134         | 11,294        | 114,981                    |                    |
|                                         | Голубцы ленивые с<br>молочным соусом    | 100,000        | 150,000        | 13,085           | 11,498        | 15,888        | 219,880                    |                    |
|                                         | Картофель отварной с<br>жаренным луком  | 80,000         | 100,000        | 4,140            | 9,384         | 32,987        | 239,000                    |                    |
|                                         | Напиток из сухих груш                   | 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 дарницкий                          | 33,000         | 43,000         | 1,980            | 0,360         | 10,020        | 52,200                     | 115                |
| <b>Итого за<br/>обед:</b>               |                                         | <b>533,00</b>  | <b>723,00</b>  | <b>26,49</b>     | <b>27,62</b>  | <b>105,05</b> | <b>777,56</b>              |                    |
|                                         |                                         |                |                |                  |               |               |                            |                    |
| Полдник                                 | Кисель на соке                          | 150,00         | 200,00         | 0,507            | 0,000         | 29,740        | 119,620                    |                    |
| <b>Итого за<br/>полдник:</b>            |                                         | <b>150,00</b>  | <b>200,00</b>  | <b>0,51</b>      | <b>0,00</b>   | <b>29,74</b>  | <b>119,62</b>              |                    |
|                                         |                                         |                |                |                  |               |               |                            |                    |
| Ужин                                    | Суфле из говяжьей<br>печени с рисом     | 75,000         | 95,000         | 10,182           | 34,698        | 40,834        | 126,120                    |                    |
|                                         | Морковь тушёная                         | 110,000        | 110,000        | 1,630            | 5,909         | 10,799        | 100,840                    |                    |
|                                         | 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>355,000</b> | <b>425,000</b> | <b>14,192</b>    | <b>40,847</b> | <b>81,393</b> | <b>357,460</b>             |                    |

Ответственная за питание зав.склад Глущенко В.В.

Зам. директора по УВР Швайбович М.А.