

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

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

**30 декабря 2025 (вторник)**

| прием пищи                      | наименование блюда                      | вес блюда      |                | пищевые вещества |              |               | энергетическая ценность | № рецептуры |
|---------------------------------|---|----------------|----------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
|                                 |   | ясли           | сад            | белки            | жиры         | углеводы      |                         |             |
| Завтрак                         | Каша гречневая на натуральном молоке    | 150            | 200            | 8,020            | 9,415        | 31,734        | 239,500                 |             |
|                                 | Кофеинный напиток                       | 150            | 200            | 3,200            | 2,700        | 15,900        | 79,000                  | 513         |
|                                 | Сыр                                     | 12             | 17             | 5,120            | 5,220        | 0,000         | 68,600                  | 106         |
|                                 | Батон йодированный                      | 23             | 33             | 2,25             | 0,87         | 15,42         | 78,60                   | 117         |
| <b>Итого за завтрак:</b>        |   | <b>335,00</b>  | <b>450,00</b>  | <b>18,59</b>     | <b>18,21</b> | <b>63,05</b>  | <b>465,70</b>           |             |
| второй завтрак                  | Сок абрикосовый                         | 143,00         | 125,00         | 0,40             | 0,00         | 11,700        | 50,00                   |             |
| <b>итого за второй завтрак:</b> |   | <b>143,00</b>  | <b>125,00</b>  | <b>0,40</b>      | <b>0,00</b>  | <b>11,70</b>  | <b>50,00</b>            |             |
| Обед                            | Суп крестьянский на мясокостном бульоне | 150,000        | 200,000        | 5,690            | 6,970        | 7,920         | 112,732                 |             |
|                                 | Жаркое по домашнему                     | 150,000        | 200,000        | 11,150           | 10,290       | 29,480        | 260,260                 |             |
|                                 | Свекла отварная                         | 30,000         | 30,000         | 0,800            | 0,053        | 4,500         | 21,200                  |             |
|                                 | Компот из яблок свежих                  | 150,000        | 200,000        | 4,800            | 0,000        | 36,810        | 140,650                 |             |
|                                 | Хлеб пшеничный                          | 15,000         | 25,000         | 2,280            | 0,240        | 14,760        | 70,500                  | 114         |
|                                 | Хлеб дарницкий                          | 20,000         | 30,000         | 1,980            | 0,360        | 10,020        | 52,200                  | 115         |
| <b>Итого за обед:</b>           |   | <b>515,00</b>  | <b>685,00</b>  | <b>26,70</b>     | <b>17,91</b> | <b>103,49</b> | <b>657,54</b>           |             |
| Полдник                         | Напиток из шиповника                    | 150,00         | 200,00         | 0,080            | 0,000        | 23,230        | 88,480                  |             |
| <b>Итого за полдник:</b>        |   | <b>170,00</b>  | <b>220,00</b>  | <b>1,58</b>      | <b>1,96</b>  | <b>38,11</b>  | <b>213,58</b>           |             |
| Ужин                            | Рожки отварные                          | 80,00          | 110,00         | 3,04             | 3,97         | 21,85         | 129,94                  |             |
|                                 | Икра кабачковая                         | 25,000         | 25,000         | 0,100            | 4,500        | 8,700         | 45,400                  |             |
|                                 | Чай с лимоном                           | 150,000        | 200,000        | 0,100            | 0,000        | 15,200        | 61,000                  | 505         |
|                                 | Хлеб пшеничный                          | 10,000         | 20,000         | 2,280            | 0,240        | 14,760        | 70,500                  | 114         |
|                                 | <b>итого за ужин</b>                    | <b>185,000</b> | <b>245,000</b> | <b>2,480</b>     | <b>4,740</b> | <b>38,660</b> | <b>176,900</b>          |             |

Ответственная за питание зав.склад Глущенко В.В.

Зам. директора по УВР Швайбович М.А.