

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

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

**13 января 2026 (вторник)**

прием пищи	наименование блюда	вес блюда		пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецепту ры
		ясли	сад	белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Омлет натуральный	100	120	10,338	16,061	2,769	195,692	307
	Зелёный горошек конс	29	29	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 завтрак:</b>		<b>307,00</b>	<b>391,00</b>	<b>23,64</b>	<b>26,61</b>	<b>51,84</b>	<b>540,89</b>	
второй завтрак	Сок яблочный	150,00	150,00	1,00	0,00	25,400	110,00	537,00
<b>итого за второй завтрак:</b>		<b>150,00</b>	<b>150,00</b>	<b>1,00</b>	<b>0,00</b>	<b>25,40</b>	<b>110,00</b>	
Обед	Суп полевой на масо- костном бульоне	150,000	200,000	4,703	6,134	11,294	114,981	
	Голубцы ленивые с молочным соусом	100,000	150,000	13,085	11,498	15,888	219,880	
	Пюре картофельное	80,000	100,000	2,220	4,721	13,302	106,750	
	Напиток из сухих груш	150,000	200,000	0,300	0,000	20,100	81,000	531
	Салат луковый	8,000	8,000	0,098	0,998	1,635	24,640	
	Хлеб пшеничный	20,000	30,000	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>528,00</b>	<b>718,00</b>	<b>24,67</b>	<b>23,95</b>	<b>87,00</b>	<b>669,95</b>	
Полдник	Кисель на соке	150,00	200,00	0,507	0,000	29,740	119,620	
<b>Итого за 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 печени с рисом	75,000	95,000	10,182	34,698	40,834	126,120	
	Рожки отварные	80,000	110,000	3,043	3,974	21,849	129,940	
	Соус томат-молочный	30,000	30,000	0,817	1,590	2,567	35,000	
	Чай с сахаром	150,000	200,000	0,100	0,000	15,000	60,000	502
	Хлеб пшеничный	10,000	20,000	2,280	0,240	14,760	70,500	114
<b>итого за ужин</b>		<b>345,000</b>	<b>455,000</b>	<b>16,422</b>	<b>40,502</b>	<b>95,010</b>	<b>421,560</b>	

Ответственная за питание зав.склад Глущенко В.В.

Зам. директора Позднышева О.А.