

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

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

**20 января 2026 (вторник)**

прием пищи	наименование блюда	вес блюда		пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецепту ры
		ясли	сад	белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Каша гречневая на натуральном молоке	150	200	8,020	9,415	31,734	239,500	
	Кофейный напиток	150	200	3,200	2,700	15,900	79,000	513
	Сыр	9	14	5,120	5,220	0,000	68,600	106
	Батон йодированный	17	27	2,25	0,87	15,42	78,60	117
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>326,00</b>	<b>441,00</b>	<b>18,59</b>	<b>18,21</b>	<b>63,05</b>	<b>465,70</b>	
второй завтрак	Сок абрикосовый	120,00	136,00	0,40	0,00	11,700	50,00	
<b>итого за второй завтрак:</b>		<b>120,00</b>	<b>136,00</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	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>520,00</b>	<b>690,00</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	
	Печенье	20,00	20,00	1,500	1,960	14,880	83,400	
<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	Сотэ из минтая	100,00	120,00	11,34	7,25	8,34	144,90	
	Зелёный горошек консервированный	31,000	31,000	1,470	0,094	2,960	18,600	
	Соус сметанный	30,000	30,000	0,700	3,200	2,241	46,000	
	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>221,000</b>	<b>281,000</b>	<b>4,550</b>	<b>3,534</b>	<b>35,161</b>	<b>196,100</b>	
--------------------------	--	----------------	----------------	--------------	--------------	---------------	----------------	--

Ответственная за питание зав.склад Глущенко В.В.

Зам. директора Позднышева О.А.