

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

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 12 часов

11 ноября 2022 (пятница)

| прием пищи                      | наименование блюда                       | вес блюда      |                | пищевые вещества |               |               | энергетическая ценность | № рецептуры |
|---------------------------------|--|----------------|----------------|------------------|---------------|---------------|-------------------------|-------------|
|                                 |  | ясли           | сад            | белки            | жиры          | углеводы      |                         |             |
| Завтрак                         | Каша пшеничная                           | 150,000        | 200,000        | 7,800            | 9,460         | 35,800        | 283,600                 | 273         |
|                                 | Чай с сахаром                            | 150,000        | 200,000        | 0,100            | 0,000         | 15,000        | 60,000                  | 502         |
|                                 | Батон                                    | 22,000         | 32,000         | 2,400            | 0,928         | 16,448        | 83,840                  | 117         |
|                                 | Джем                                     | 15,000         | 15,000         | 0,080            | 0,000         | 10,320        | 39,800                  | 111         |
| <b>Итого за завтрак:</b>        |  | <b>337,000</b> | <b>447,000</b> | <b>10,380</b>    | <b>10,388</b> | <b>77,568</b> | <b>467,240</b>          |             |
| <b>Второй завтрак</b>           | Фрукты - яблоки, апельсины               | 108,000        | 114,000        | 0,400            | 0,300         | 10,300        | 47,000                  | 118         |
| <b>Итого за второй завтрак:</b> |  | <b>108,000</b> | <b>114,000</b> | <b>0,400</b>     | <b>0,300</b>  | <b>10,300</b> | <b>47,000</b>           |             |
| Обед                            | Суп картофельный на курином б-не         | 150,000        | 200,000        | 7,419            | 2,511         | 10,809        | 98,376                  |             |
|                                 | Котлета из курицы                        | 60,000         | 60,000         | 9,000            | 6,429         | 3,571         | 113,143                 | 417         |
|                                 | Чеснок                                   | 1,000          | 2,000          | 0,065            | 0,000         | 0,052         | 0,460                   |             |
|                                 | Капуста тушеная                          | 90,000         | 110,000        | 4,440            | 4,320         | 4,680         | 75,600                  | 428         |
|                                 | Компот из яблок сухих                    | 150,000        | 200,000        | 0,300            | 0,000         | 20,100        | 81,000                  | 531         |
|                                 | Хлеб крестьянский                        | 20,000         | 29,000         | 2,204            | 0,232         | 14,268        | 68,150                  | 114         |
|                                 | Хлеб жито                                | 20,000         | 30,000         | 1,980            | 0,360         | 10,020        | 52,200                  | 115         |
| <b>Итого за обед:</b>           |  | <b>491,000</b> | <b>631,000</b> | <b>25,408</b>    | <b>13,852</b> | <b>63,500</b> | <b>488,929</b>          |             |
| <b>Полдник</b>                  | Кефир с сахаром                          | 161,000        | 161,000        | 4,700            | 4,030         | 6,440         | 80,500                  | 535         |
| <b>Итого за полдник:</b>        |  | <b>161,000</b> | <b>161,000</b> | <b>4,700</b>     | <b>4,030</b>  | <b>6,440</b>  | <b>80,500</b>           |             |
| Ужин                            | Тефтели рыбные в молочном соусе (минтай) | 80,000         | 120,000        | 8,700            | 5,300         | 9,600         | 121,000                 | 355         |
|                                 | Рис припущенный                          | 80,000         | 100,000        | 2,360            | 4,030         | 21,600        | 132,000                 | 420         |
|                                 | Чай с сахаром                            | 150,000        | 200,000        | 0,100            | 0,000         | 15,000        | 60,000                  | 502         |
|                                 | Хлеб крестьянский                        | 10,000         | 20,000         | 1,520            | 0,160         | 9,840         | 47,000                  | 114         |
| <b>Итого за ужин:</b>           |  | <b>320,000</b> | <b>440,000</b> | <b>12,680</b>    | <b>9,490</b>  | <b>56,040</b> | <b>360,000</b>          |             |

Ответственная за питание зав.хозяйством

Г.Е. Баганова

Руководитель СП Д/С "Белочка"

Ж.В. Белогурова