

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

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 12 часов

18 ноября 2022 (пятница)

| Прием пищи                      | наименование блюда            | вес блюда      |                | пищевые вещества |               |               | энергетическая ценность | № рецептуры |
|---------------------------------|-------------------------------|----------------|----------------|------------------|---------------|---------------|-------------------------|-------------|
|                                 |                               | ясли           | сад            | белки            | жиры          | углеводы      |                         |             |
| Завтрак                         | Суп молочный с вермишелью     | 150,000        | 200,000        | 5,700            | 5,260         | 18,980        | 146,000                 | 171         |
|                                 | Чай с сахаром                 | 150,000        | 200,000        | 0,100            | 0,000         | 15,000        | 60,000                  | 502         |
|                                 | Батон                         | 22,000         | 32,000         | 2,770            | 1,070         | 18,980        | 96,340                  | 117         |
|                                 | Джем                          | 15,000         | 15,000         | 0,080            | 0,000         | 10,320        | 39,800                  |             |
| <b>Итого за завтрак:</b>        |                               | <b>337,00</b>  | <b>447,00</b>  | <b>8,65</b>      | <b>6,33</b>   | <b>63,28</b>  | <b>342,14</b>           |             |
| Второй завтрак                  | Фрукты - яблоки-апельсины     | 108,00         | 114,00         | 0,40             | 0,30          | 10,30         | 47,00                   |             |
| <b>Итого за второй завтрак:</b> |                               | <b>108,00</b>  | <b>114,00</b>  | <b>0,40</b>      | <b>0,30</b>   | <b>10,30</b>  | <b>47,00</b>            |             |
| Обед                            | Суп полевой на мкб и сметаной | 150,000        | 200,000        | 4,623            | 6,134         | 11,294        | 114,980                 | 161         |
|                                 | Котлета мясная                | 60,000         | 60,000         | 6,440            | 5,360         | 6,940         | 101,100                 | 28          |
|                                 | Салат луковый                 | 8,000          | 8,000          | 0,098            | 0,998         | 1,635         | 24,640                  |             |
|                                 | Капуста тушеная               | 90,000         | 110,000        | 2,933            | 5,971         | 11,922        | 113,030                 | 428         |
|                                 | Компот из сухих яблок         | 150,000        | 200,000        | 0,300            | 0,000         | 20,100        | 81,000                  | 531         |
|                                 | Хлеб крестьянский             | 18,000         | 28,000         | 2,128            | 0,224         | 13,776        | 65,800                  | 114         |
|                                 | Хлеб жито                     | 20,000         | 30,000         | 1,980            | 0,360         | 10,020        | 52,200                  | 115         |
| <b>Итого за обед:</b>           |                               | <b>496,000</b> | <b>636,000</b> | <b>18,502</b>    | <b>19,047</b> | <b>75,687</b> | <b>552,750</b>          |             |
| Полдник                         | Кефир с сахаром               | 161,00         | 161,00         | 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                            | Соте из минтая                | 80,000         | 100,000        | 13,258           | 8,390         | 7,725         | 159,500                 |             |
|                                 | Картофельное пюре             | 80,000         | 100,000        | 2,100            | 4,400         | 10,900        | 92,000                  | 434         |
|                                 | Хлеб крестьянский             | 10,000         | 20,000         | 1,520            | 0,160         | 9,840         | 47,000                  | 114         |
|                                 | Чай с лимоном                 | 150,000        | 200,000        | 0,100            | 0,000         | 19,200        | 61,000                  | 505         |
|                                 | Соус томатно-молочный         | 30,000         | 50,000         | 0,540            | 1,865         | 3,470         | 32,800                  | 462         |
| <b>Итого за ужин:</b>           |                               | <b>350,000</b> | <b>470,000</b> | <b>17,518</b>    | <b>14,815</b> | <b>51,135</b> | <b>392,300</b>          |             |

Ответственная за питание зав.хозяйством Г.Е. Баганова

Зам. Руководитель СП Д/С "Белочка" Ж.В. Белогурова