

Утверждаю  
 Директор ГБОУ ООШ с.Васильевка  
 \_\_\_\_\_/Голованова Л.Н./

Неделя 1

02.03.2023 г.

День 4

| Наименование блюд                           | Выход блюд (г) |              | от 1 года до 3-х лет |               |                |                 | от 3-х до 7-ми лет |               |                |                 | Витамин | №реп.     |
|---|----------------|--------------|----------------------|---------------|----------------|-----------------|--------------------|---------------|----------------|-----------------|---------|-----------|
|   | 1-3-х          | 3-7-х        | Белки (г)            | Жиры (г)      | Углеводы       | Энерг.          | Белки (г)          | Жиры (г)      | Углеводы       | Энерг.          |         |           |
| <b>ЗАВТРАК</b>                              |                |              |                      |               |                |                 |                    |               |                |                 |         |           |
| Каша манная на молоке                       | 150.0          | 200.0        | 4.425                | 5.775         | 22.725         | 130.500         | 5.900              | 7.700         | 30.300         | 174.000         |         | 5/4       |
| Какао на молоке                             | 150.0          | 180.0        | 4.200                | 4.800         | 19.000         | 132.500         | 5.421              | 3.380         | 26.910         | 187.840         |         | 10        |
| Хлеб пшеничный                              | 20.0           | 30.0         | 1.842                | 0.642         | 11.500         | 56.000          | 2.700              | 0.975         | 17.250         | 84.000          |         |           |
| Масло                                       | 4.0            | 6.0          | 0.040                | 3.320         | 0.040          | 30.000          | 0.060              | 4.980         | 0.060          | 45.000          |         | 13        |
| <b>всего</b>                                | <b>324</b>     | <b>416</b>   | <b>10.507</b>        | <b>14.537</b> | <b>53.265</b>  | <b>349</b>      | <b>14.081</b>      | <b>17.035</b> | <b>74.52</b>   | <b>490.84</b>   |         |           |
| <b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>                       |                |              |                      |               |                |                 |                    |               |                |                 |         |           |
| Сок фруктовый                               | 85             | 85           | 0.5                  | 0             | 9.1            | 38              | 0.5                | 0             | 9.52           | 38.25           |         | 15        |
| <b>ОБЕД</b>                                 |                |              |                      |               |                |                 |                    |               |                |                 |         |           |
| Суп крестьянский на м/к бульоне со сметаной | 150.0          | 180.0        | 2.400                | 1.600         | 13.000         | 92.000          | 3.010              | 2.000         | 16.100         | 113.100         |         | 16        |
| Сосиска отварная                            | 40.0           | 60.0         | 12.540               | 10.740        | 2.640          | 141.960         | 14.630             | 12.530        | 3.080          | 165.620         |         | 63        |
| Овощное рагу                                | 100.0          | 120.0        | 2.5                  | 3.39          | 9.63           | 84.21           | 3                  | 4.07          | 14.55          | 94.63           |         | 10        |
| Компот из сухофруктовс vit                  | 150.0          | 180.0        | 0.780                | 0.000         | 20.900         | 80.700          | 1.040              | 0.000         | 26.960         | 98.960          |         | 7         |
| Хлеб пшеничный                              | 30.0           | 30.0         | 2.700                | 0.980         | 16.700         | 84.000          | 3.300              | 1.300         | 23.000         | 112.000         |         |           |
| Хлеб ржаной                                 | 30.0           | 30.0         | 2.133                | 0.467         | 19.067         | 84.333          | 2.133              | 0.467         | 19.067         | 85.333          |         |           |
| <b>всего</b>                                | <b>500</b>     | <b>600</b>   | <b>23.053</b>        | <b>17.177</b> | <b>81.937</b>  | <b>567.203</b>  | <b>27.113</b>      | <b>20.367</b> | <b>102.757</b> | <b>669.643</b>  |         | <b>96</b> |
| <b>ПОЛДНИК</b>                              |                |              |                      |               |                |                 |                    |               |                |                 |         |           |
| Запеканка творожная                         | 80.0           | 90.0         | 11.09                | 7.81          | 8.03           | 175.13          | 12.7               | 8.24          | 8.75           | 196.1           |         | 33        |
| Сметанный соус                              | 20.0           | 30.0         | 0.234                | 1.74          | 0.84           | 20.48           | 0.348              | 2.4           | 1.47           | 29.45           |         | 69        |
| Лимон.напиток                               | 150.0          | 180.0        | 0.165                | 0             | 9.975          | 39.435          | 0.190              | 0.000         | 11.930         | 47.330          |         | 18        |
| <b>всего</b>                                | <b>250.0</b>   | <b>300.0</b> | <b>11.5</b>          | <b>9.6</b>    | <b>18.8</b>    | <b>235.0</b>    | <b>13.2</b>        | <b>10.6</b>   | <b>22.2</b>    | <b>272.9</b>    |         |           |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>                        | <b>1159</b>    | <b>1401</b>  | <b>45.549</b>        | <b>41.264</b> | <b>163.147</b> | <b>1189.248</b> | <b>54.932</b>      | <b>48.042</b> | <b>208.947</b> | <b>1471.613</b> |         |           |