

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

Неделя 1  
 День 5

05.04.2024 г.

Наименование блюд	Выход блюд (г)		от 1 года до 3-х лет				от 3-х до 7-ми лет				Витамин "С"	№реп.
	1-3-х	3-7-х	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. Ценность (ккал)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. Ценность (ккал)		
<b>ЗАВТРАК</b>												
Каша геркулесовая на молоке	150.0	200.0	4.500	3.900	25.200	147.000	6.800	8.700	21.200	136.300		48
Какао на молоке	150.0	180.0	4.200	4.800	12.100	134.900	5.100	6.400	13.400	165.900		8
Батон	20.0	30.0	2.700	0.980	16.700	84.000	3.300	1.300	23.000	112.000		4
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>11.44</b>	<b>13</b>	<b>54.04</b>	<b>395.9</b>	<b>15.26</b>	<b>21.38</b>	<b>57.66</b>	<b>459.2</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>												
Рассольник на к/б со сметаной	150.0	180.0	1.192	3.216	12.58	77.28	0.77	3.34	13	106.25		5
Салат из лука	20.0	30.0	0.310	2.140	1.140	28.290	0.490	3.570	1.900	37.450		11
Бефстроганов	60.0	70.0	10.020	9.440	2.560	135.420	11.720	11.040	2.960	158.020		44
Макаронные изделия	110.0	120.0	11.770	1.430	75.240	368.500	12.840	1.560	82.080	402.000		18
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	40.0	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>550</b>	<b>650</b>	<b>28.905</b>	<b>17.673</b>	<b>148.187</b>	<b>858.523</b>	<b>32.293</b>	<b>21.277</b>	<b>168.967</b>	<b>1000.013</b>		<b>85</b>
<b>ПОЛДНИК</b>												
Плюшка	80.0	90.0	5.6	9.6	39.1	268.1	9.64	14.3	51.5	340.4		168
Кефир	150.0	200.0	4.200	3.200	6.100	88.500	5.600	6.400	8.200	118.000		4
<b>всего</b>	<b>230</b>	<b>290</b>	<b>9.8</b>	<b>12.8</b>	<b>45.2</b>	<b>356.6</b>	<b>15.24</b>	<b>20.7</b>	<b>59.7</b>	<b>458.4</b>		
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1189</b>	<b>1441</b>	<b>50.645</b>	<b>43.473</b>	<b>256.527</b>	<b>1649.023</b>	<b>63.293</b>	<b>63.357</b>	<b>295.847</b>	<b>1955.863</b>		