

Неделя 2

09.03.2023 г.

Утверждаю

Директор ГБОУ ООШ с.Васильевка

День 4

/Голованова Л.Н./

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>												
Запеканка творожная со сгущённым молоком	100.0	115.0	5.240	7.810	18.750	166.790	6.98	10.72	25	222.38		17
Какао на молоке	150.0	180.0	4.200	4.800	12.100	134.900	4.100	5.100	14.800	161.400		8
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>274</b>	<b>331</b>	<b>11.322</b>	<b>16.572</b>	<b>42.39</b>	<b>387.69</b>	<b>13.84</b>	<b>21.775</b>	<b>57.11</b>	<b>512.78</b>		<b>0</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 картофельный на м/к бульоне со сметаной	150.0	180.0	5.820	3.840	16.960	118.510	5.620	4.130	16.340	139.870		16
Салат из зелён.горошка с луком	30.0	40.0	3.900	4.100	20.840	138.250	5.07	5.33	27.08	179.65		28
Макаронны запечённые с мясом	145.0	160.0	9.810	6.890	4.890	130.230	10.476	7.711	5.786	138.191		65
Компот из сухофруктов с вишней	150.0	180.0	0.780	0.000	20.900	80.700	1.040	0.000	26.960	98.960	35/50	7
Хлеб пшеничный	40.0	40.0	2.700	0.980	16.700	84.000	2.700	0.975	17.250	84.000		
Хлеб ржаной	40.0	50.0	2.133	0.467	19.067	85.333	2.133	0.467	19.067	85.333		
<b>всего</b>	<b>555.0</b>	<b>650.0</b>	<b>25.143</b>	<b>16.277</b>	<b>99.357</b>	<b>637.023</b>	<b>27.039</b>	<b>18.613</b>	<b>112.483</b>	<b>726.004</b>		<b>0</b>
<b>ПОЛДНИК</b>												
Сосиска в тесте	80.0	100.0	8.14	7.95	8.01	149.96	9.07	9.26	9.58	153.21		33
Чай с сахаром, лимоном	150.0	180.0	0.165	0	9.975	39.435	0.190	0.000	11.930	47.330		18
<b>всего</b>	<b>230</b>	<b>280</b>	<b>8.305</b>	<b>7.95</b>	<b>17.985</b>	<b>189.395</b>	<b>9.26</b>	<b>9.26</b>	<b>21.51</b>	<b>200.54</b>		<b>0</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1144</b>	<b>1346</b>	<b>45.27</b>	<b>40.799</b>	<b>168.832</b>	<b>1252.108</b>	<b>50.639</b>	<b>49.648</b>	<b>200.623</b>	<b>1477.574</b>		<b>0</b>