

Утверждаю  
 Директор ГБОУ ООШ с.Васильевка

Неделя 2  
 День 1

10.07.2023 г.

| Наименование блюд  | Выход блюд (г) |              | от 1 года до 3-х лет<br>Химический состав |               |                |                 | от 3-х до 7-ми лет<br>Химический состав |               |               |                 | Витамин | №реп.    |
|--|----------------|--------------|---|---------------|----------------|-----------------|---|---------------|---------------|-----------------|---------|----------|
|  | 1-3-х          | 3-7-х        | Белки (г)                                 | Жиры (г)      | Углеводы       | Энерг.          | Белки (г)                               | Жиры (г)      | Углеводы      | Энерг.          |         |          |
| <b>ЗАВТРАК</b>   |                |              |   |               |                |                 |   |               |               |                 |         |          |
| Каша "Дружба" молочная с маслом (жидкая)                     | 150.0          | 200.0        | 4.74                                      | 7.635         | 19.755         | 167.37          | 6.32                                    | 10.18         | 26.34         | 223.16          |         | 27       |
| Кисель   | 150.0          | 180.0        | 0.000                                     | 0.000         | 14.700         | 60.000          | 0.000                                   | 0.000         | 17.640        | 63.200          |         | 3        |
| Печенье  | 15.0           | 20.0         | 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>319</b>     | <b>406</b>   | <b>6.622</b>                              | <b>11.597</b> | <b>45.995</b>  | <b>313.37</b>   | <b>9.08</b>                             | <b>16.135</b> | <b>61.29</b>  | <b>415.36</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>  |                |              |   |               |                |                 |   |               |               |                 |         |          |
| Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной | 150.0          | 180.0        | 1.076                                     | 6.039         | 10.031         | 111.090         | 1.670                                   | 5.890         | 10.340        | 101.840         |         | 3        |
| Жаркое по-домашнему с мясом                                  | 120.0          | 160.0        | 9.070                                     | 9.260         | 9.580          | 153.210         | 15.100                                  | 16.700        | 16.900        | 241.320         |         | 39       |
| Салат со свежим огурцом, лу                                  | 30.0           | 40.0         | 0.260                                     | 2.130         | 0.780          | 23.190          | 0.260                                   | 2.130         | 0.780         | 23.190          |         | 17       |
| Компот из сухофруктовс vit                                   | 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   | 30.0           | 40.0         | 2.700                                     | 0.980         | 16.700         | 84.000          | 3.300                                   | 1.300         | 23.000        | 112.000         |         |          |
| Хлеб ржаной  | 40.0           | 40.0         | 2.133                                     | 0.467         | 19.067         | 85.333          | 2.133                                   | 0.467         | 19.067        | 85.333          |         |          |
| <b>всего</b>   | <b>520.0</b>   | <b>640.0</b> | <b>16.0</b>                               | <b>18.9</b>   | <b>77.1</b>    | <b>537.5</b>    | <b>23.5</b>                             | <b>26.5</b>   | <b>97.0</b>   | <b>662.6</b>    |         | <b>0</b> |
| <b>ПОЛДНИК</b>   |                |              |   |               |                |                 |   |               |               |                 |         |          |
| Яйцо варёное вкрутую   | 20.0           | 40.0         | 6.340                                     | 7.600         | 35.300         | 222.600         | 7.132                                   | 8.55          | 39.713        | 250.425         |         | 58       |
| Хлеб пшеничный   | 20.0           | 30.0         | 1.360                                     | 1.700         | 11.200         | 66.000          | 1.7                                     | 2.125         | 14            | 82.500          |         |          |
| 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>190</b>     | <b>250</b>   | <b>7.865</b>                              | <b>9.3</b>    | <b>56.475</b>  | <b>328.035</b>  | <b>9.022</b>                            | <b>10.675</b> | <b>65.643</b> | <b>380.255</b>  |         | <b>0</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>   | <b>1114</b>    | <b>1381</b>  | <b>31.006</b>                             | <b>39.773</b> | <b>188.628</b> | <b>1216.928</b> | <b>42.105</b>                           | <b>53.297</b> | <b>233.5</b>  | <b>1496.508</b> |         | <b>0</b> |