

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

Неделя 2  
 День 5

10.03.2023 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 ячневая на молоке с ма	150.0	200.0	4.950	6.750	15.470	140.270	6.6	9	20.64	187.04		6
Кофейный напиток на молоке	150.0	180.0	4.200	4.800	19.000	132.500	5.421	5.380	26.910	187.840		10
Хлеб с маслом	20/0,004	30/0,006	1.842	3.920	11.500	86.000	2.700	5.950	17.250	129.000		
<b>всего</b>	<b>300</b>	<b>380</b>	<b>10.992</b>	<b>15.47</b>	<b>45.97</b>	<b>358.77</b>	<b>14.721</b>	<b>20.33</b>	<b>64.8</b>	<b>503.88</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 рыбный	150.0	180.0	5.920	5.110	8.340	101.080	5.480	5.420	9.360	106.320		87
Гуляш мясной с гречневым гарниром	150.0	170.0	10.26	10.98	14.01	199.82	11.56	12.32	15.03	211.35		1
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	40.0	40.0	1.842	0.642	11.500	56.000	2.700	0.975	17.250	84.000		
Хлеб ржаной	40.0	40.0	1.600	0.350	13.300	64.000	2.133	0.467	19.067	85.333		
<b>всего</b>	<b>530</b>	<b>610</b>	<b>20.402</b>	<b>17.082</b>	<b>68.05</b>	<b>501.6</b>	<b>22.913</b>	<b>19.182</b>	<b>87.667</b>	<b>585.963</b>		<b>0</b>
<b>ПОЛДНИК</b>												
Печенье (Вафли)	50	60	3.750	5.000	37.250	218.500	4.500	6.000	44.700	250.200		4
Молоко	150.0	200	4.6	4.08	7.575	85.005	6.1	5.4	10.1	113.34		400
<b>всего</b>	<b>200</b>	<b>260</b>	<b>8.35</b>	<b>9.08</b>	<b>44.825</b>	<b>303.505</b>	<b>10.6</b>	<b>11.4</b>	<b>54.8</b>	<b>363.54</b>		<b>0</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1115</b>	<b>1335</b>	<b>40.244</b>	<b>41.632</b>	<b>167.945</b>	<b>1201.875</b>	<b>48.734</b>	<b>50.912</b>	<b>216.787</b>	<b>1491.633</b>		<b>0</b>