

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

Неделя 1  
 День 5

10.11.2023 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 пшённая 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
Печенье	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		19
Макароны запечённые с отвал	150.0	170.0	12.840	12.540	20.850	204.630	14.540	14.870	22.850	235.310		
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	40.0	40.0	2.133	0.467	19.067	84.333	2.133	0.467	19.067	85.333		
<b>всего</b>	<b>540</b>	<b>630</b>	<b>19.955</b>	<b>19.343</b>	<b>91.237</b>	<b>559.233</b>	<b>22.273</b>	<b>23.547</b>	<b>106.777</b>	<b>675.303</b>		<b>31</b>
<b>ПОЛДНИК</b>												
Крем-брюле(варёная стущ.)	20.0	30.0	8.2	13.4	50.5	231.2	9.64	14.3	51.5	297.2		
Хлеб пшеничный	30.0	40.0	1.400	1.700	11.200	66.000	1.400	1.700	11.200	66.000		
Чай с сахаром	150.0	180.0	0.045	0.000	11.985	45.450	0.040	0.000	14.700	51.400		2
<b>всего</b>	<b>200</b>	<b>250</b>	<b>9.645</b>	<b>15.1</b>	<b>73.685</b>	<b>342.65</b>	<b>11.08</b>	<b>16</b>	<b>77.4</b>	<b>414.6</b>		
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1149</b>	<b>1381</b>	<b>41.54</b>	<b>47.443</b>	<b>228.062</b>	<b>1335.783</b>	<b>49.113</b>	<b>60.927</b>	<b>251.357</b>	<b>1587.353</b>		