

Утверждаю
 Директор ГБОУ ООШ с.Васильевка
 _____/Голованова Л.Н./

Неделя 2
 День 2

10.01.2023 г.

| Наименование блюд | Выход блюд (г) | | от 1 года до 3-х лет Химический состав | | | | от 3-х до 7-ми лет Химический состав | | | | 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) | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Каша манная с маслом (жидкая) | 150.0 | 200.0 | 4.830 | 4.580 | 22.749 | 108.000 | 6.110 | 6.150 | 33.340 | 144.000 | | 8/4 |
| Какао на молоке | 150.0 | 180.0 | 4.200 | 4.800 | 12.100 | 134.900 | 4.800 | 5.600 | 14.900 | 161.890 | | 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 |
| всего | 324 | 416 | 10.912 | 13.342 | 46.389 | 328.9 | 13.67 | 17.705 | 65.55 | 434.89 | | 0 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Сок фруктовый | 85 | 85 | 0.5 | 0 | 9.1 | 38 | 0.5 | 0 | 9.52 | 38.25 | | 15 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | |
| Суп лапша на м/б со сметаной | 150.0 | 180.0 | 3.480 | 0.540 | 14.520 | 85.640 | 4.350 | 0.680 | 18.150 | 107.050 | | 53 |
| Ежики мясные | 60.0 | 80.0 | 8.05 | 6.04 | 4.13 | 107.2 | 10.11 | 8.92 | 5.51 | 165.37 | | 59 |
| Тушеная свекла | 100.0 | 120.0 | 1.63 | 3 | 8.17 | 68.54 | 1.95 | 4.5 | 9.75 | 82.24 | | 12 |
| Компот из сухофруктов с vit "С" | 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 | 1.842 | 0.642 | 11.500 | 56.000 | 2.700 | 0.975 | 17.250 | 84.000 | | |
| Хлеб ржаной | 40.0 | 50.0 | 1.600 | 0.350 | 14.300 | 64.000 | 2.133 | 0.467 | 19.067 | 85.333 | | |
| всего | 530 | 650 | 17.382 | 10.572 | 73.52 | 462.08 | 22.283 | 15.542 | 96.687 | 622.953 | | 0 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | |
| Сырники творожные | 80.0 | 100.0 | 15.620 | 10.340 | 9.260 | 190.650 | 18.690 | 12.670 | 11.400 | 234.000 | | 231 |
| Сметанный соус | 20.0 | 30.0 | 0.234 | 1.74 | 0.84 | 20.48 | 0.348 | 2.4 | 1.47 | 29.45 | | 69 |
| Чай с сахаром | 150.0 | 180.0 | 0.045 | 0.000 | 11.985 | 45.450 | 0.040 | 0.000 | 14.700 | 51.400 | | 2 |
| всего | 250.0 | 310 | 0.279 | 1.74 | 12.825 | 65.93 | 0.388 | 2.4 | 16.17 | 80.85 | | 0 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ | 1189 | 1461 | 29.073 | 25.654 | 141.834 | 894.91 | 36.841 | 35.647 | 187.927 | 1176.943 | | 0 |