

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

Неделя 2

11.07.2023 г.

День 2

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)		
<b>ЗАВТРАК</b>												
Каша геркулесовая 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
<b>всего</b>	<b>324</b>	<b>416</b>	<b>10.912</b>	<b>13.342</b>	<b>46.389</b>	<b>328.9</b>	<b>13.67</b>	<b>17.705</b>	<b>65.55</b>	<b>434.89</b>		<b>0</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>												
Сок фруктовый	<b>85</b>	<b>85</b>	<b>0.5</b>	<b>0</b>	<b>9.1</b>	<b>38</b>	<b>0.5</b>	<b>0</b>	<b>9.52</b>	<b>38.25</b>		<b>15</b>
<b>ОБЕД</b>												
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		
<b>всего</b>	<b>530</b>	<b>650</b>	<b>17.382</b>	<b>10.572</b>	<b>73.52</b>	<b>462.08</b>	<b>22.283</b>	<b>15.542</b>	<b>96.687</b>	<b>622.953</b>		<b>0</b>
<b>ПОЛДНИК</b>												
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
<b>всего</b>	<b>250.0</b>	<b>310</b>	<b>0.279</b>	<b>1.74</b>	<b>12.825</b>	<b>65.93</b>	<b>0.388</b>	<b>2.4</b>	<b>16.17</b>	<b>80.85</b>		<b>0</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1189</b>	<b>1461</b>	<b>29.073</b>	<b>25.654</b>	<b>141.834</b>	<b>894.91</b>	<b>36.841</b>	<b>35.647</b>	<b>187.927</b>	<b>1176.943</b>		<b>0</b>