

Утверждаю  
 Директор ГБОУ ООШ с.Васильевка

13.05.2024 г

\_\_\_\_\_/Голованова Л.Н./

Неделя 1  
 День 1

| 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<br>"С" | №реп. |
|-----------------------------------------------------|----------------|--------------|-------------------------------------------|---------------|-----------------|------------------------------|-----------------------------------------|---------------|-----------------|------------------------------|----------------|-------|
|                                                     | 1-3-х          | 3-7-х        | Белки (г)                                 | Жиры (г)      | Углеводы<br>(г) | Энерг.<br>Ценность<br>(ккал) | Белки (г)                               | Жиры (г)      | Углеводы<br>(г) | Энерг.<br>Ценность<br>(ккал) |                |       |
| <b>ЗАВТРАК</b>                                      |                |              |                                           |               |                 |                              |                                         |               |                 |                              |                |       |
| Суп молочный с макарон.изд.                         | 150.0          | 180.0        | 13.800                                    | 4.950         | 6.750           | 140.270                      | 13.800                                  | 10.420        | 72.900          | 187.040                      |                | 44    |
| Кисель с сахаром                                    | 150.0          | 180.0        | 0.000                                     | 0.000         | 14.700          | 60.000                       | 0.000                                   | 0.000         | 19.600          | 80.000                       |                | 3     |
| Печенье                                             | 15.0           | 20.0         | 1.560                                     | 0.780         | 11.520          | 68.700                       | 2,081,04                                | 1.040         | 15.360          | 91.600                       |                | 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>319</b>     | <b>386.0</b> | <b>15.4</b>                               | <b>9.05</b>   | <b>33.01</b>    | <b>298.97</b>                | <b>13.86</b>                            | <b>16.44</b>  | <b>107.92</b>   | <b>403.64</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 гороховый на м/к бульоне                        | 150.0          | 180.0        | 3.580                                     | 2.080         | 14.214          | 123.280                      | 7.580                                   | 3.360         | 22.460          | 143.200                      |                | 8     |
| Запеканка картоф. с отварным мясом                  | 150.0          | 180.0        | 16.320                                    | 15.960        | 3.300           | 222.120                      | 19.040                                  | 18.620        | 3.850           | 259.140                      |                | 48    |
| Салат с солёным огурцом, луком, растительным маслом | 30.0           | 40.0         | 0.26                                      | 2.13          | 0.78            | 23.19                        | 0.38                                    | 2.84          | 1.04            | 30.32                        |                | 19    |
| 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           | 30.0         | 1.842                                     | 0.642         | 11.500          | 56.000                       | 2.700                                   | 0.975         | 17.250          | 84.000                       |                |       |
| Хлеб ржаной                                         | 30.0           | 30.0         | 1.600                                     | 0.350         | 14.300          | 64.000                       | 2.133                                   | 0.467         | 19.067          | 85.333                       |                |       |
| <b>всего</b>                                        | <b>540</b>     | <b>640</b>   | <b>24.382</b>                             | <b>21.162</b> | <b>64.994</b>   | <b>569.29</b>                | <b>32.873</b>                           | <b>26.262</b> | <b>90.627</b>   | <b>700.953</b>               |                |       |
| <b>ПОЛДНИК</b>                                      |                |              |                                           |               |                 |                              |                                         |               |                 |                              |                |       |
| Омлет натуральный                                   | 80.0           | 90.0         | 9.291                                     | 12.423        | 2.937           | 165.691                      | 10.453                                  | 13.976        | 3.304           | 186.402                      |                | 58    |
| Хлеб пшеничный                                      | 20.0           | 30.0         | 1.842                                     | 0.642         | 11.500          | 56.000                       | 1.842                                   | 0.642         | 11.500          | 56.000                       |                |       |
| Чай с сахаром                                       | 150.0          | 180.0        | 0.045                                     | 0.000         | 11.985          | 45.450                       | 0.040                                   | 0.000         | 13.700          | 48.800                       |                | 2     |
| <b>всего</b>                                        | <b>250</b>     | <b>300</b>   | <b>11.178</b>                             | <b>13.065</b> | <b>26.422</b>   | <b>267.141</b>               | <b>12.335</b>                           | <b>14.618</b> | <b>28.504</b>   | <b>291.202</b>               |                |       |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>                                | <b>1194</b>    | <b>1411</b>  | <b>51.46</b>                              | <b>43.277</b> | <b>133.526</b>  | <b>1173.401</b>              | <b>59.568</b>                           | <b>57.32</b>  | <b>236.571</b>  | <b>1434.045</b>              |                |       |