

Неделя 2

13.07.2023 г.

Утверждаю

Директор ГБОУ ООШ с.Васильевка

День 4

/Голованова Л.Н./

| 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) | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Запеканка твор.со сгущённым молоком | 80/20,0 | 90/25,0 | 5.240 | 7.810 | 18.750 | 166.790 | 6.98 | 10.72 | 25 | 222.38 | | 17 |
| Какао на молоке | 150.0 | 180.0 | 4.200 | 4.800 | 12.100 | 134.900 | 4.100 | 5.100 | 14.800 | 161.400 | | 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 | 174 | 216 | 11.322 | 16.572 | 42.39 | 387.69 | 13.84 | 21.775 | 57.11 | 512.78 | | 0 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Сок фруктовый | 85 | 85 | 0.5 | 0 | 9.1 | 38 | 0.5 | 0 | 9.52 | 38.25 | | 15 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | |
| Суп картофельный на м/к бульоне со сметаной | 150.0 | 180.0 | 5.820 | 3.840 | 16.960 | 118.510 | 5.620 | 4.130 | 16.340 | 139.870 | | 16 |
| Салат из зеленого горошка с луком | 30.0 | 40.0 | 1.050 | 2.000 | 4.550 | 33.200 | 1.45 | 2.7 | 6.05 | 44.2 | | 17 |
| Макаронны запечёные с отв.мясом | 150.0 | 170.0 | 16.320 | 15.960 | 3.300 | 222.120 | 10.476 | 7.711 | 5.786 | 138.191 | | 65 |
| 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 | 30.0 | 40.0 | 2.700 | 0.980 | 16.700 | 84.000 | 2.700 | 0.975 | 17.250 | 84.000 | | |
| Хлеб ржаной | 40.0 | 40.0 | 2.133 | 0.467 | 19.067 | 85.333 | 2.133 | 0.467 | 19.067 | 85.333 | | |
| всего | 550.0 | 650.0 | 28.803 | 23.247 | 81.477 | 623.863 | 23.419 | 15.983 | 91.453 | 590.554 | | 0 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | |
| Булочка домашняя | 80.0 | 90.0 | 11.09 | 6.56 | 8.03 | 103.197 | 12.7 | 8.24 | 8.75 | 175.13 | | 33 |
| Чай с сахаром, лимоном | 150.0 | 180.0 | 0.165 | 0 | 9.975 | 39.435 | 0.190 | 0.000 | 11.930 | 47.330 | | 18 |
| всего | 230 | 270 | 11.255 | 6.56 | 18.005 | 142.632 | 12.89 | 8.24 | 20.68 | 222.46 | | 0 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ | 1039 | 1221 | 51.88 | 46.379 | 150.972 | 1192.185 | 50.649 | 45.998 | 178.763 | 1364.044 | | 0 |