

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

Неделя 2

14.03.2025 г.

День 5

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												
Каша гречневая на молоке с	150.0	200.0	5.110	9.210	19.250	189.360	6.98	11.58	24.79	221.83		6
Кофейный напиток на молоке	150.0	180.0	4.200	4.800	19.000	132.500	5.421	5.380	26.910	187.840		10
Батон с маслом	20/0,004	30/0,006	1.842	3.920	11.500	86.000	2.700	5.950	17.250	129.000		
всего	300	380	11.152	17.93	49.75	407.86	15.101	22.91	68.95	538.67		0
ВТОРОЙ ЗАВТРАК												
Сок фруктовый	85	85	0.5	0	9.1	38	0.5	0	9.52	38.25		15
ОБЕД												
Суп рыбный	150.0	180.0	5.920	5.110	8.340	101.080	5.480	5.420	9.360	106.320		87
Голубцы ленивые	150.0	180.0	13	13	15.23	205.23	15.21	15.25	18.63	260.32		5-Sep
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	30.0	1.842	0.642	11.500	56.000	2.700	0.975	17.250	84.000		
Хлеб ржаной	30.0	40.0	1.600	0.350	13.300	64.000	2.133	0.467	19.067	85.333		
всего	510	610	23.142	19.102	69.27	507.01	26.563	22.112	91.267	634.933		0
ПОЛДНИК												
Бутерброт с повидлом	20	25	1.010	1.950	13.170	75.960	1.500	2.170	14.570	80.210		177
Хлеб пшеничный	20	30	2.700	0.980	16.700	84.000	2.700	0.980	17.250	84.000		
Молоко	150.0	200	5.3	4.89	7.3	99.32	6.1	6.4	10.1	118		4
всего	190	255	9.01	7.82	37.17	259.28	10.3	9.55	41.92	282.21		0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1085	1330	43.804	44.852	165.29	1212.15	52.464	54.572	211.657	1494.063		0