

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

Неделя 1  
День 5

16.05.2025 г.

| 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) |             |           |
| <b>ЗАВТРАК</b>                |                |             |                      |               |                |                        |                    |               |                |                        |             |           |
| Каша геркулесовая на молок    | 150.0          | 200.0       | 4.500                | 3.900         | 25.200         | 147.000                | 6.800              | 8.700         | 21.200         | 136.300                |             | 48        |
| Чай с сахаром                 | 150.0          | 180.0       | 4.200                | 4.800         | 12.100         | 134.900                | 5.100              | 6.400         | 13.400         | 165.900                |             | 8         |
| Батон                         | 20.0           | 30.0        | 2.700                | 0.980         | 16.700         | 84.000                 | 3.300              | 1.300         | 23.000         | 112.000                |             | 4         |
| Масло                         | 4.0            | 4.0         | 0.040                | 3.320         | 0.040          | 30.000                 | 0.060              | 4.980         | 0.060          | 45.000                 |             | 13        |
| <b>всего</b>                  | <b>324</b>     | <b>414</b>  | <b>11.44</b>         | <b>13</b>     | <b>54.04</b>   | <b>395.9</b>           | <b>15.26</b>       | <b>21.38</b>  | <b>57.66</b>   | <b>459.2</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>                   |                |             |                      |               |                |                        |                    |               |                |                        |             |           |
| Рассольник на к/б со сметаной | 150.0          | 180.0       | 1.192                | 3.216         | 12.58          | 77.28                  | 0.77               | 3.34          | 13             | 106.25                 |             | 5         |
| Бефстроганов                  | 60.0           | 70.0        | 10.020               | 9.440         | 2.560          | 135.420                | 11.720             | 11.040        | 2.960          | 158.020                |             | 44        |
| Гречневый гарнир              | 100.0          | 110.0       | 5.900                | 4.600         | 29.310         | 206.300                | 13.120             | 12.880        | 6.480          | 192.130                |             |           |
| Салат из лука                 | 20.0           | 30.0        | 0.310                | 2.140         | 1.140          | 41.000                 | 0.770              | 4.032         | 3.156          | 52.088                 |             |           |
| Компот из сухофруктовс vit    | 150.0          | 180.0       | 0.780                | 0.000         | 20.900         | 80.700                 | 1.040              | 0.000         | 26.960         | 98.960                 |             | 7         |
| Хлеб пшеничный                | 50.0           | 70.0        | 2.700                | 0.980         | 16.700         | 84.000                 | 3.300              | 1.300         | 23.000         | 112.000                |             |           |
| Хлеб ржаной                   | 30.0           | 50.0        | 2.133                | 0.467         | 19.067         | 84.333                 | 2.133              | 0.467         | 19.067         | 85.333                 |             |           |
| <b>всего</b>                  | <b>560</b>     | <b>690</b>  | <b>23.035</b>        | <b>20.843</b> | <b>102.257</b> | <b>709.033</b>         | <b>32.853</b>      | <b>33.059</b> | <b>94.623</b>  | <b>804.781</b>         |             | <b>56</b> |
| <b>ПОЛДНИК</b>                |                |             |                      |               |                |                        |                    |               |                |                        |             |           |
| Крем-брюле(варён.сгущ.)       | 20.0           | 25.0        | 1.86                 | 2.11          | 13.11          | 79.33                  | 2                  | 2.4           | 14             | 82.5                   |             | 168       |
| Хлеб пшеничный                | 20.0           | 30.0        | 2.7                  | 0.98          | 16.7           | 84                     | 2.7                | 0.95          | 17.25          | 84                     |             |           |
| Чай с сахаром                 | 150.0          | 180.0       | 0.045                | 0.000         | 11.980         | 45.450                 | 0.040              | 0.000         | 13.700         | 48.800                 |             | 4         |
| <b>всего</b>                  | <b>190</b>     | <b>235</b>  | <b>4.605</b>         | <b>3.09</b>   | <b>41.79</b>   | <b>208.78</b>          | <b>4.74</b>        | <b>3.35</b>   | <b>44.95</b>   | <b>215.3</b>           |             |           |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>          | <b>1159</b>    | <b>1424</b> | <b>39.58</b>         | <b>36.933</b> | <b>207.187</b> | <b>1351.713</b>        | <b>53.353</b>      | <b>57.789</b> | <b>206.753</b> | <b>1517.531</b>        |             |           |