

Утверждаю
 Директор ГБОУ ООШ с.Васильевка

17.06.2024 г

Неделя 1
 День 1

| 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) | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Каша гречневая молочная(жид.) | 150.0 | 200.0 | 5.240 | 7.810 | 18.750 | 166.800 | 6.980 | 10.420 | 25.000 | 222.380 | | 66 |
| 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 | 1.500 | 3.000 | 14.900 | 83.400 | 2.250 | 3.000 | 22.350 | 125.100 | | 4 |
| Масло | 4.0 | 6.0 | 0.040 | 3.320 | 0.040 | 30.000 | 0.060 | 4.980 | 0.060 | 45.000 | | 13 |
| всего | 319 | 406.0 | 6.78 | 14.13 | 48.39 | 340.2 | 9.29 | 18.4 | 67.01 | 472.48 | | |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Сок фруктовый | 85 | 85 | 0.5 | 0 | 9.1 | 38 | 0.5 | 0 | 9.52 | 38.25 | | 15 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | |
| 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 картофельная с отварным мясом | 150.0 | 180.0 | 9.820 | 7.850 | 20.750 | 203.010 | 16.980 | 16.700 | 14.560 | 303.880 | | 65 |
| Салат со свежим огурцом, луком | 30.0 | 40.0 | 0.26 | 2.13 | 0.78 | 23.19 | 0.38 | 2.84 | 1.04 | 30.32 | | 17 |
| 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 | | |
| всего | 550 | 670 | 17.882 | 13.052 | 82.444 | 550.18 | 30.813 | 24.342 | 101.337 | 745.693 | | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| всего | 250 | 300 | 11.178 | 13.065 | 26.422 | 267.141 | 12.335 | 14.618 | 28.504 | 291.202 | | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ | 1204 | 1461 | 36.34 | 40.247 | 166.356 | 1195.521 | 52.938 | 57.36 | 206.371 | 1547.625 | | |