

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

Неделя 1

18.07.2024г.

День 4

Наименование блюд	Выход блюд (г)		от 1 года до 3-х лет				от 3-х до 7-ми лет				Витамин	№реп.
	1-3-х	3-7-х	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы	Энерг.	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы	Энерг.		
ЗАВТРАК												
Каша манная на молоке	150.0	200.0	4.425	5.775	22.725	130.500	5.900	7.700	30.300	174.000		5/4
Кофейный напиток на молоке	150.0	180.0	4.200	4.800	19.000	132.500	5.421	3.380	26.910	187.840		10
Батон	20.0	30.0	1.842	0.642	11.500	56.000	2.700	0.975	17.250	84.000		
Сыр	5.0	5.0	1.150	1.450	0.000	18.000	1.150	1.450	0.000	18.000		13
всего	325	415	11.617	12.667	53.225	337	15.171	13.505	74.46	463.84		
ВТОРОЙ ЗАВТРАК												
Сок фруктовый	85	85	0.5	0	9.1	38	0.5	0	9.52	38.25		15
ОБЕД												
Суп крестьянский на м/к бульоне со сметаной	150.0	180.0	2.400	1.600	13.000	92.000	3.010	2.000	16.100	113.100		16
Овощное рагу с отв.мясом	150.0	180.0	12.540	10.740	2.640	141.960	14.630	12.530	3.080	165.620		63
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	20.0	30.0	2.700	0.980	16.700	84.000	3.300	1.300	23.000	112.000		
Хлеб ржаной	30.0	30.0	2.133	0.467	19.067	84.333	2.133	0.467	19.067	85.333		
всего	500	600	20.553	13.787	72.307	482.993	24.113	16.297	88.207	575.013		86
ПОЛДНИК												
Лапшевник с творогом	90.0	100.0	7.9	5.85	22.95	171	8.1	6.5	25.5	190		33
Сметанный соус	20.0	30.0	0.234	1.74	0.84	20.48	0.348	2.4	1.47	29.45		69
Лимонный напиток	150.0	180.0	0.218	0	21.78	101.75	0.225	0.000	28.920	118.125		18
всего	260.0	310.0	8.4	7.6	45.6	293.2	8.7	8.9	55.9	337.6		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1170	1410	41.022	34.044	180.202	1151.223	48.457	38.702	228.077	1414.678		