

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

Неделя 2

19.11.2024 г.

День 2

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)		
<b>ЗАВТРАК</b>												
Каша гречневая на молоке	150.0	200.0	4.830	4.580	22.749	201.180	6.980	10.420	25.100	222.380		8/4
Какао на молоке	150.0	180.0	4.200	4.800	12.100	134.900	4.800	5.600	14.900	161.890		8
Батон	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
<b>всего</b>	<b>324</b>	<b>416</b>	<b>10.912</b>	<b>13.342</b>	<b>46.389</b>	<b>422.08</b>	<b>14.54</b>	<b>21.975</b>	<b>57.31</b>	<b>513.27</b>		<b>0</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>												
Сок фруктовый	<b>85</b>	<b>85</b>	<b>0.5</b>	<b>0</b>	<b>9.1</b>	<b>38</b>	<b>0.5</b>	<b>0</b>	<b>9.52</b>	<b>38.25</b>		<b>15</b>
<b>ОБЕД</b>												
Суп лапша на м/б со сметаной	150.0	180.0	3.480	0.540	14.520	85.640	4.350	0.680	18.150	107.050		53
Ежики мясные	60.0	80.0	12.01	11.94	10.18	201.43	14.6	13.7	12.1	239.1		59
Тушеная свекла	100.0	110.0	1.63	3	8.17	68.54	1.95	4.5	9.75	82.24		12
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	50.0	70.0	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	14.300	64.000	2.133	0.467	19.067	85.333		
<b>всего</b>	<b>540</b>	<b>660</b>	<b>21.342</b>	<b>16.472</b>	<b>79.57</b>	<b>556.31</b>	<b>26.773</b>	<b>20.322</b>	<b>103.277</b>	<b>696.683</b>		<b>0</b>
<b>ПОЛДНИК</b>												
Ватрушка с творогом	80.0	100.0	15.620	10.340	9.260	190.650	18.690	12.670	11.400	234.000		231
Чай с сахаром	150.0	180.0	0.045	0.000	11.985	45.450	0.040	0.000	14.700	51.400		2
<b>всего</b>	<b>230.0</b>	<b>280</b>	<b>0.045</b>	<b>0</b>	<b>11.985</b>	<b>45.45</b>	<b>0.04</b>	<b>0</b>	<b>14.7</b>	<b>51.4</b>		<b>0</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1179</b>	<b>1441</b>	<b>32.799</b>	<b>29.814</b>	<b>147.044</b>	<b>1061.84</b>	<b>41.853</b>	<b>42.297</b>	<b>184.807</b>	<b>1299.603</b>		<b>0</b>