

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

Неделя 1  
 День 3

19.06.2024 г.

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 "Боярская" молочная с	150.0	200.0	6.750	15.600	29.700	286.500	9	20.8	39.6	382		225
Какао на молоке	150.0	180.0	4.200	4.800	12.100	134.900	5.100	6.400	13.400	163.900		8
Батон	20.0	30.0	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
<b>всего</b>	<b>324</b>	<b>416</b>	<b>12.49</b>	<b>26.72</b>	<b>56.74</b>	<b>534.8</b>	<b>16.41</b>	<b>35.18</b>	<b>75.41</b>	<b>716</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>												
Суп с фрикадельками со сметаной	150.0	180.0	9.000	6.720	3.660	112.800	4.71	3.65	14.67	117.454		74
Гречневый гарнир	100.0	120.0	5.700	4.820	27.450	180.340	6.9	5.6	32.4	216.35		4/7
Рыба тушеная с овощами	60.0	70.0	4.080	0.920	4.040	47.650	2.900	4.700	16.170	144.440		247
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	40.0	40.0	2.700	0.975	17.250	84.000	3.300	1.300	23.000	112.000		
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>530</b>	<b>630</b>	<b>23.86</b>	<b>13.785</b>	<b>87.6</b>	<b>569.49</b>	<b>20.983</b>	<b>15.717</b>	<b>132.267</b>	<b>774.537</b>		<b>81</b>
<b>ПОЛДНИК</b>												
Салат"Зёрнышко"	50.0	60.0	1.65	0.58	3.1	22.1	1.86	0.72	3.9	24		187
Чай с сахаром	150.0	200.0	3.2	4.08	6.2	88.5	5.6	6.4	8.2	102.5		400
<b>всего</b>	<b>200</b>	<b>260</b>	<b>4.85</b>	<b>4.66</b>	<b>9.3</b>	<b>110.6</b>	<b>7.46</b>	<b>7.12</b>	<b>12.1</b>	<b>126.5</b>		
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1139</b>	<b>1391</b>	<b>41.7</b>	<b>45.165</b>	<b>162.74</b>	<b>1252.89</b>	<b>45.353</b>	<b>58.017</b>	<b>229.297</b>	<b>1655.287</b>		