

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

Неделя 1  
День 2

19.08.2025 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>                            |                |             |                      |               |                |                        |                    |               |                |                        |             |           |
| Запеканка творож. со сгущ.молоком         | 90/0,013       | 100/0,015   | 4.500                | 3.900         | 25.200         | 147.000                | 6.000              | 5.200         | 33.600         | 196.000                |             | 14/4      |
| 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                 |             |           |
| Масло                                     | 4.0            | 6.0         | 1.150                | 1.450         | 0.000          | 18.000                 | 1.150              | 1.450         | 0.000          | 18.000                 |             | 13        |
| <b>всего</b>                              | <b>174</b>     | <b>216</b>  | <b>11.692</b>        | <b>10.792</b> | <b>55.7</b>    | <b>353.5</b>           | <b>15.271</b>      | <b>11.005</b> | <b>77.76</b>   | <b>485.84</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 с клёцками на м/к бульоне со сметаной | 150.0          | 180.0       | 2.580                | 0.375         | 6.270          | 45.360                 | 3.080              | 0.450         | 7.540          | 55.080                 |             | 12        |
| Плов из отварного мяса                    | 145.0          | 175.0       | 9.250                | 9.130         | 23.500         | 207.500                | 10.730             | 10.590        | 26.680         | 240.700                |             | 5/8       |
| Салат из свежих помидор, лука на р/м      | 30.0           | 40.0        | 0.390                | 2.150         | 1.050          | 25.500                 | 0.490              | 2.860         | 1.800          | 35.170                 |             | 20        |
| 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        | 2.700                | 0.975         | 17.250         | 84.000                 | 3.300              | 1.300         | 23.000         | 112.000                |             |           |
| Хлеб ржаной                               | 30.0           | 40.0        | 2.133                | 0.467         | 19.067         | 85.333                 | 2.133              | 0.467         | 19.067         | 85.333                 |             |           |
| <b>всего</b>                              | <b>555</b>     | <b>685</b>  | <b>17.833</b>        | <b>13.097</b> | <b>88.037</b>  | <b>528.393</b>         | <b>20.773</b>      | <b>15.667</b> | <b>105.047</b> | <b>627.243</b>         |             | <b>19</b> |
| <b>ПОЛДНИК</b>                            |                |             |                      |               |                |                        |                    |               |                |                        |             |           |
| Салат"Зёрнышко"                           | 60.0           | 70.0        | 7.540                | 7.920         | 23.890         | 200.840                | 8.700              | 8.500         | 25.100         | 219.940                |             | 140       |
| Чай с сахаром, лимон                      | 150.0          | 180.0       | 0.165                | 0.000         | 9.975          | 39.435                 | 0.190              | 0.000         | 11.930         | 47.330                 |             | 18        |
| <b>всего</b>                              | <b>210</b>     | <b>250</b>  | <b>7.705</b>         | <b>7.92</b>   | <b>33.865</b>  | <b>240.275</b>         | <b>8.89</b>        | <b>8.5</b>    | <b>37.03</b>   | <b>267.27</b>          |             |           |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>                      | <b>1024</b>    | <b>1236</b> | <b>37.73</b>         | <b>31.809</b> | <b>186.702</b> | <b>1160.168</b>        | <b>45.434</b>      | <b>35.172</b> | <b>229.357</b> | <b>1418.603</b>        |             |           |