

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

Неделя 2

20.06.2025 г.

День 5

| 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>              |                |             |                      |               |                |                        |                    |               |                |                        |             |           |
| Каша ячневая на молоке с ма | 150.0          | 200.0       | 4.950                | 6.750         | 15.470         | 140.270                | 6.6                | 9             | 20.64          | 187.04                 |             | 6         |
| Кофейный напиток на молоке  | 150.0          | 180.0       | 4.200                | 4.800         | 19.000         | 132.500                | 5.421              | 5.380         | 26.910         | 187.840                |             | 10        |
| Батон                       | 30.0           | 40.0        | 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>334</b>     | <b>426</b>  | <b>11.032</b>        | <b>15.512</b> | <b>46.01</b>   | <b>358.77</b>          | <b>14.781</b>      | <b>20.335</b> | <b>64.86</b>   | <b>503.88</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 рыбный                  | 150.0          | 180.0       | 5.920                | 5.110         | 8.340          | 101.080                | 5.480              | 5.420         | 9.360          | 106.320                |             | 87        |
| Салат с зелён.гор. ,луком   | 30.0           | 40.0        | 0.260                | 2.130         | 0.780          | 23.190                 | 0.320              | 2.510         | 1.130          | 24.510                 |             | 17        |
| Макаронник с мясом          | 150.0          | 180.0       | 13.87                | 13.73         | 21.75          | 267.75                 | 16.61              | 16.43         | 26.1           | 321.3                  |             | 1         |
| Компот из сухофруктовс vit  | 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         | 13.300         | 64.000                 | 2.133              | 0.467         | 19.067         | 85.333                 |             |           |
| <b>всего</b>                | <b>550</b>     | <b>670</b>  | <b>24.272</b>        | <b>21.962</b> | <b>76.57</b>   | <b>592.72</b>          | <b>28.283</b>      | <b>25.802</b> | <b>99.867</b>  | <b>720.423</b>         |             | <b>0</b>  |
| <b>ПОЛДНИК</b>              |                |             |                      |               |                |                        |                    |               |                |                        |             |           |
| Бутерброт с повидлом        | 20,0/20,0      | 30,0/25,0   | 3.750                | 5.000         | 37.250         | 146.000                | 4.500              | 6.000         | 44.700         | 175.270                |             | 2         |
| Молоко                      | 150.0          | 200         | 4.57                 | 4.08          | 7.575          | 85.005                 | 6.1                | 5.4           | 10.1           | 113.34                 |             | 400       |
| <b>всего</b>                | <b>150</b>     | <b>200</b>  | <b>8.32</b>          | <b>9.08</b>   | <b>44.825</b>  | <b>231.005</b>         | <b>10.6</b>        | <b>11.4</b>   | <b>54.8</b>    | <b>288.61</b>          |             | <b>0</b>  |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>        | <b>1119</b>    | <b>1381</b> | <b>44.124</b>        | <b>46.554</b> | <b>176.505</b> | <b>1220.495</b>        | <b>54.164</b>      | <b>57.537</b> | <b>229.047</b> | <b>1551.163</b>        |             | <b>0</b>  |