

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

Неделя 1

20.08.2025 г.

День 3

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)		
ЗАВТРАК												
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	40.0	50.0	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
всего	344	436	12.49	26.72	56.74	534.8	16.41	35.18	75.41	716		
ВТОРОЙ ЗАВТРАК												
Сок фруктовый	85	85	0.5	0	9.1	38	0.5	0	9.52	38.25		15
ОБЕД												
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	50.0	70.0	2.700	0.975	17.250	84.000	3.300	1.300	23.000	112.000		
Хлеб ржаной	40.0	40.0	1.600	0.350	14.300	64.000	2.133	0.467	19.067	85.333		
всего	550	660	23.86	13.785	87.6	569.49	20.983	15.717	132.267	774.537		81
ПОЛДНИК												
Ватрушка с творогом	80.0	90.0	1.65	0.58	3.1	22.1	1.86	0.72	3.9	24		187
Молоко	150.0	200.0	3.2	4.08	6.2	88.5	5.6	6.4	8.2	102.5		400
всего	230	290	4.85	4.66	9.3	110.6	7.46	7.12	12.1	126.5		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1209	1471	41.7	45.165	162.74	1252.89	45.353	58.017	229.297	1655.287		