

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

Неделя 1

21.03.2024 г.

День 4

Наименование блюд	Выход блюд (г)		от 1 года до 3-х лет				от 3-х до 7-ми лет				Витамин	№реп.
	1-3-х	3-7-х	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы	Энерг.	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы	Энерг.		
<b>ЗАВТРАК</b>												
Каша манная на молоке	150.0	200.0	4.425	5.775	22.725	130.500	5.900	7.700	30.300	174.000		5/4
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		
Сыр	5.0	5.0	1.150	1.450	0.000	18.000	1.150	1.450	0.000	18.000		13
<b>всего</b>	<b>325</b>	<b>415</b>	<b>11.617</b>	<b>12.667</b>	<b>53.225</b>	<b>337</b>	<b>15.171</b>	<b>13.505</b>	<b>74.46</b>	<b>463.84</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 крестьянский на м/к бульоне со сметаной	150.0	180.0	2.400	1.600	13.000	92.000	3.010	2.000	16.100	113.100		16
Овощное рагу с отварным мясом	150.0	170.0	2.5	3.39	9.63	84.21	3	4.07	14.55	94.63		10
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	0.980	16.700	84.000	3.300	1.300	23.000	112.000		
Хлеб ржаной	40.0	50.0	2.133	0.467	19.067	84.333	2.133	0.467	19.067	85.333		
<b>всего</b>	<b>530</b>	<b>620</b>	<b>10.513</b>	<b>6.437</b>	<b>79.297</b>	<b>425.243</b>	<b>12.483</b>	<b>7.837</b>	<b>99.677</b>	<b>504.023</b>		<b>33</b>
<b>ПОЛДНИК</b>												
Лапшевник с творогом	90.0	100.0	7.9	6.1	24.8	188.4	8.1	6.5	25.5	190		33
Сметанный соус	20.0	30.0	0.234	1.6	0.98	19.65	0.3	1.9	1.51	20.34		69
Лимон.напиток	150.0	180.0	0.218	0	21.78	101.75	0.225	0.000	28.920	118.125		18
<b>всего</b>	<b>260.0</b>	<b>310.0</b>	<b>8.4</b>	<b>7.7</b>	<b>47.6</b>	<b>309.8</b>	<b>8.6</b>	<b>8.4</b>	<b>55.9</b>	<b>328.5</b>		
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1200</b>	<b>1430</b>	<b>30.982</b>	<b>26.804</b>	<b>189.182</b>	<b>1110.043</b>	<b>36.779</b>	<b>29.742</b>	<b>239.587</b>	<b>1334.578</b>		