

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

Неделя 2

22.10.2024 г.

День 2

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 гречневая на молоке	150.0	200.0	4.830	4.580	22.749	201.180	6.980	10.420	25.100	222.380		8/4
Какао на молоке	150.0	180.0	4.200	4.800	12.100	134.900	4.800	5.600	14.900	161.890		8
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	0.040	3.320	0.040	30.000	0.060	4.980	0.060	45.000		13
всего	324	416	10.912	13.342	46.389	422.08	14.54	21.975	57.31	513.27		0
ВТОРОЙ ЗАВТРАК												
Сок фруктовый	85	85	0.5	0	9.1	38	0.5	0	9.52	38.25		15
ОБЕД												
Суп лапша на м/б со сметаной	150.0	180.0	3.480	0.540	14.520	85.640	4.350	0.680	18.150	107.050		53
Ежики мясные	60.0	80.0	12.01	11.94	10.18	201.43	14.6	13.7	12.1	239.1		59
Тушеная свекла	100.0	110.0	1.63	3	8.17	68.54	1.95	4.5	9.75	82.24		12
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	1.842	0.642	11.500	56.000	2.700	0.975	17.250	84.000		
Хлеб ржаной	30.0	40.0	1.600	0.350	14.300	64.000	2.133	0.467	19.067	85.333		
всего	540	660	21.342	16.472	79.57	556.31	26.773	20.322	103.277	696.683		0
ПОЛДНИК												
Ватрушка с творогом	80.0	100.0	15.620	10.340	9.260	190.650	18.690	12.670	11.400	234.000		231
Чай с сахаром	150.0	180.0	0.045	0.000	11.985	45.450	0.040	0.000	14.700	51.400		2
всего	230.0	280	0.045	0	11.985	45.45	0.04	0	14.7	51.4		0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1179	1441	32.799	29.814	147.044	1061.84	41.853	42.297	184.807	1299.603		0