

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

Неделя 1

23.01.2025 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. | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| 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 | | |
| 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 | 10.507 | 14.537 | 53.265 | 349 | 14.081 | 17.035 | 74.52 | 490.84 | | |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Сок фруктовый | 85 | 85 | 0.5 | 0 | 9.1 | 38 | 0.5 | 0 | 9.52 | 38.25 | | 15 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | |
| Свёкольник 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 |
| Гуляш мясной с перловым гарниром | 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 | 50.0 | 60.0 | 2.700 | 0.980 | 16.700 | 84.000 | 3.300 | 1.300 | 23.000 | 112.000 | | |
| Хлеб ржаной | 30.0 | 40.0 | 2.133 | 0.467 | 19.067 | 84.333 | 2.133 | 0.467 | 19.067 | 85.333 | | |
| всего | 530 | 630 | 10.513 | 6.437 | 79.297 | 425.243 | 12.483 | 7.837 | 99.677 | 504.023 | | 33 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | |
| Лапшевник с творогом | 80.0 | 90.0 | 11.09 | 7.81 | 8.03 | 175.13 | 12.7 | 8.24 | 8.75 | 196.1 | | 33 |
| Сметанный соус | 20.0 | 30.0 | 0.234 | 1.74 | 0.84 | 20.48 | 0.348 | 2.4 | 1.47 | 29.45 | | 69 |
| Лимон.напиток | 150.0 | 180.0 | 0.165 | 0 | 9.975 | 39.435 | 0.190 | 0.000 | 11.930 | 47.330 | | 18 |
| всего | 250.0 | 300.0 | 11.5 | 9.6 | 18.8 | 235.0 | 13.2 | 10.6 | 22.2 | 272.9 | | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ | 1189 | 1431 | 33.009 | 30.524 | 160.507 | 1047.288 | 40.302 | 35.512 | 205.867 | 1305.993 | | |