

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

Неделя 2  
 День 5

29.03.2024 г.

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 с маслом	20/0,004	20/0,006	1.842	3.920	11.500	86.000	2.700	5.950	17.250	129.000		
<b>всего</b>	<b>300</b>	<b>380</b>	<b>10.992</b>	<b>15.47</b>	<b>45.97</b>	<b>358.77</b>	<b>14.721</b>	<b>20.33</b>	<b>64.8</b>	<b>503.88</b>		<b>0</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 рыбный	150.0	180.0	5.920	5.110	8.340	101.080	5.480	5.420	9.360	106.320		87
Котлета из мяса	60.0	70.0	13	13	4.9	184.7	15	15	5.7	215.5		5-Sep
Каша гречневая рассып.	110.0	120.0	2.18	2.05	5.8	100.15	2.56	2.96	6.4	106.64		91
Салат из свёклы с зелёным горошком	30.0	40.0	1.1	3.42	3.074	48	1.13	4.56	4.097	64		4
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	30.0	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	13.300	64.000	2.133	0.467	19.067	85.333		
<b>всего</b>	<b>560</b>	<b>660</b>	<b>26.422</b>	<b>24.572</b>	<b>67.814</b>	<b>634.63</b>	<b>30.043</b>	<b>29.382</b>	<b>88.834</b>	<b>760.753</b>		<b>0</b>
<b>ПОЛДНИК</b>												
Пирог с повидлом	50	60	3.730	1.950	34.420	166.900	4.130	2.170	38.220	185.500		177
Кефир	150.0	200	4.2	3.2	6.1	88.5	5.6	6.4	8.2	118		4
<b>всего</b>	<b>200</b>	<b>260</b>	<b>7.93</b>	<b>5.15</b>	<b>40.52</b>	<b>255.4</b>	<b>9.73</b>	<b>8.57</b>	<b>46.42</b>	<b>303.5</b>		<b>0</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1145</b>	<b>1385</b>	<b>45.844</b>	<b>45.192</b>	<b>163.404</b>	<b>1286.8</b>	<b>54.994</b>	<b>58.282</b>	<b>209.574</b>	<b>1606.383</b>		<b>0</b>

