

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

Неделя 1

04.07.2024г.

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 отв.мясом                    | 150.0          | 180.0        | 12.540               | 10.740        | 2.640          | 141.960         | 14.630             | 12.530        | 3.080          | 165.620         |         | 63        |
| 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                              | 20.0           | 30.0         | 2.700                | 0.980         | 16.700         | 84.000          | 3.300              | 1.300         | 23.000         | 112.000         |         |           |
| Хлеб ржаной                                 | 30.0           | 30.0         | 2.133                | 0.467         | 19.067         | 84.333          | 2.133              | 0.467         | 19.067         | 85.333          |         |           |
| <b>всего</b>                                | <b>500</b>     | <b>600</b>   | <b>20.553</b>        | <b>13.787</b> | <b>72.307</b>  | <b>482.993</b>  | <b>24.113</b>      | <b>16.297</b> | <b>88.207</b>  | <b>575.013</b>  |         | <b>86</b> |
| <b>ПОЛДНИК</b>                              |                |              |                      |               |                |                 |                    |               |                |                 |         |           |
| Лапшевник с творогом                        | 90.0           | 100.0        | 7.9                  | 5.85          | 22.95          | 171             | 8.1                | 6.5           | 25.5           | 190             |         | 33        |
| Сметанный соус                              | 20.0           | 30.0         | 0.234                | 1.74          | 0.84           | 20.48           | 0.348              | 2.4           | 1.47           | 29.45           |         | 69        |
| Лимонный 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>7.6</b>    | <b>45.6</b>    | <b>293.2</b>    | <b>8.7</b>         | <b>8.9</b>    | <b>55.9</b>    | <b>337.6</b>    |         |           |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>                        | <b>1170</b>    | <b>1410</b>  | <b>41.022</b>        | <b>34.044</b> | <b>180.202</b> | <b>1151.223</b> | <b>48.457</b>      | <b>38.702</b> | <b>228.077</b> | <b>1414.678</b> |         |           |