O="ГБОУ СОШ с.Сосновый Солонец СПДС "
"Лесная сказка"", CN=Пурыскина И.В., E=
rur43@yandex.ru
00b1f33c029594230e
2023.11.12 16:33:41+03'00'

МЕНЮ на 13 ноября 2023 года
День: понедельник
Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

Прием пищи	*Наименование блюда*	*Вес блюда (в граммах)*	*Пищевые вещества (г)*			*Энергетическая ценность (ккал)*	*Витамин С*	*№ Рецептуры*
			Белки	*Жиры*	*Углеводы*			
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1								
ЗАВТРАК	*Суп молочный с вермишелью*	*150*	*0,012*	*2,104*	*4,016*	*34,041*	*0,006*	*№55*
	Кофейный напиток злаковый на молоке	*150*	*2,837*	*2,474*	*15,570*	*92,004*	*1,470*	*№151*
	Батон с маслом	*20/5*	*2,700*	*5,900*	*14,670*	*102,000*	*0,045*	*№1*
Итого за завтрак		***325***	***5,549***	***10,478***	***32,256***	***228,045***	***1,521***	
2-ой ЗАВТРАК	*Свежий фрукт, яблоко*	*95*	*1,482*	*1,539*	*9,120*	*51,908*	*10,000*	*№144*
	Сок фруктовый (промышленного производства)	*100*	*0,750*	*0,000*	*15,150*	*64,005*	*3,000*	*№399*
Итого за 2-ой завтрак		***195***	***2,232***	***1,539***	***24,270***	***115,913***	***13***	
ОБЕД	*Салат свекольный*	*40*	*0,468*	*2,581*	*5,520*	*45,805*	*4,000*	*№16*
	Суп гречневый на м/б	*150*	*3,793*	*0,472*	*16,576*	*81,584*	*10,530*	*№39*
	Мясо, тушёное с овощами	*170*	*11,310*	*15,427*	*18,580*	*253,755*	*39,81*	*№80*
	Компот из сухофруктов	*150*	*0,269*	*0,077*	*21,370*	*81,911*	*1,200*	*№162*
	Хлеб пшеничный	*40*	*3,070*	*0,850*	*16,740*	*97,500*	*0,000*	*№147*
	ржаной	*20*	*1,320*	*0,200*	*8,400*	*38,000*	*0,000*	*№149*
Итого за обед		***570***	***20,230***	***19,607***	***87,186***	***598,555***	***55,54***	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	*Омлет с морковью*	*75*	*3,795*	*5,189*	*3,380*	*74,557*	*1,800*	*№102*
	Чай с сахаром	*180*	*0,140*	*0,000*	*12,636*	*47,947*	*0,06*	*№152*
	Батон нарезной	*20*	*1,520*	*0,640*	*8,370*	*48,750*	*0,000*	*№159*
	Пряники	*20*	*1,180*	*0,940*	*15,000*	*73,200*	*0,000*	*№151*
Итого за уплотненный полдник		***295***	***6,635***	***6,769***	***39,386***	***244,454***	***1,86***	
Итого за день:		***1385,00***	***34,646***	***38,393***	***183,098***	***1186,967***	***71,921***	

- *При новом урожае овощей без тепловой обработки, со старого урожая с тепловой обработкой.*
- *Пища готовится в щадящем режиме, без ГМО.*

МЕНЮ на 13 ноября 2023 года
День: понедельник
Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	*Наименование блюда*	*Вес блюда (в граммах)*	*Пищевые вещества (г)*			*Энергетическая ценность (ккал)*	*Витамин С*	*№ Рецептуры*
			Белки	*Жиры*	*Углеводы*			
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1								
ЗАВТРАК	*Суп молочный с вермишелью*	*250*	*7,160*	*8,222*	*30,642*	*217,544*	*1,130*	*№55*
	Кофейный напиток злаковый на молоке	*180*	*3,405*	*2,995*	*18,670*	*110,590*	*1,760*	*№151*
	Батон с маслом	*30/5*	*4,000*	*8,900*	*22,000*	*153,000*	*0,000*	*№1*
Итого за завтрак		***465***	***14,565***	***20,117***	***71,312***	***481,134***		
2-ой ЗАВТРАК	*Свежий фрукт, яблоко*	*100*	*1,560*	*1,620*	*9,600*	*54,640*	*10*	*№144*
	Сок фруктовый (промышленного производства)	*100*	*0,750*	*0,000*	*15,150*	*64,005*	*4,500*	*№399*
Итого за 2-ой завтрак		***200***	***2,310***	***1,620***	***24,750***	***118,645***	***14,5***	
ОБЕД	*Салат свекольный*	*50*	*0,585*	*3,480*	*7,394*	*61,384*	*5,000*	*№16*
	Суп гречневый на м/б	*250*	*6,319*	*0,797*	*27,576*	*135,855*	*17,820*	*№39*
	Мясо, тушёное с овощами	*200*	*13,385*	*18,628*	*22,650*	*306,133*	*48,31*	*№80*
	Компот из сухофруктов	*150*	*0,269*	*0,077*	*21,370*	*81,911*	*1,200*	*№162*
	Хлеб пшеничный	*40*	*3,070*	*0,850*	*16,740*	*97,500*	*0,000*	*№147*
	ржаной	*30*	*1,543*	*0,918*	*10,020*	*52,014*	*0,000*	*№149*
Итого за обед		***720***	***25,171***	***24,750***	***105,750***	***734,797***	***72,33***	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	*Омлет с морковью*	*100*	*5,175*	*6,773*	*5,214*	*101,206*	*2,99*	*№102*
	Чай с сахаром	*200*	*0,156*	*0,000*	*14,040*	*53,274*	*0,100*	*№152*
	Батон нарезной	*30*	*2,280*	*0,960*	*15,000*	*77,760*	*0,000*	*№159*
	Пряники	*40*	*2,360*	*1,880*	*30,000*	*146,400*	*0,000*	*№151*
Итого за уплотненный полдник		***370***	***9,971***	***9,613***	***64,254***	***378,640***	***3***	
Итого за день:		***1755,00***	***52,017***	***56,100***	***266,066***	***1713,216***	***92,72***	

- *При новом урожае овощей без тепловой обработки, со старого урожая с тепловой обработкой.*
- *Пища готовится в щадящем режиме, без ГМО.*