OU="СПДС ""Лесная сказка""", O=
ГБОУ СОШ с. Сосновый Солонец,
CN=Колосова Е.С., E=
doo_ssolonec_sch_stv@samara.edu.ru
00b1f33c029594230e
2023.01.16 11:11:23+03'00'

МЕНЮ на 17 января 2023 года
День: вторник
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)
			Белки	Жиры	Углеводы	
НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 2						
ЗАВТРАК	Каша молочная «Дружба»	150	4,145	4,721	20,030	134,176
	Какао на молоке	150	3,526	3,241	16,550	105,334
	Батон, масло, сыр	20/5/5	2,094	4,998	10,320	92,059
Итого за завтрак		**330**	**9,765**	**12,960**	**46,900**	**331,569**
2-ой ЗАВТРАК	Свежий фрукт, банан	95	1,425	0,475	19,950	91,200
	Сок фруктовый (промышленного производства)	100	0,750	0,000	15,150	64,005
Итого за 2-ой завтрак		**195**	**2,175**	**0,475**	**35,100**	**155,205**
ОБЕД	Салат из свежей капусты и моркови	40	0,255	1,292	0,959	16,244
	Суп с клёцками на м/б	150	2,092	2,354	14,056	82,261
	Котлета рыбная паровая	50	5,157	1,709	5,591	56,973
	Картофельное пюре	150	2,640	4,730	19,890	127,721
	Кисель промышленного производства	150	0,360	0,000	22,800	92,500
	Хлеб пшеничный	40	3,070	0,850	16,740	97,500
	ржаной	20	1,320	0,200	8,040	38,000
Итого за обед		**600**	**11,824**	**11,135**	**88,076**	**511,199**
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Сырники творожные, запечённые	120	17,854	15,054	19,540	280,173
	Сгущённое молоко	20	1,700	1,400	11,200	66,000
	Снежок к/м продукт (промышленного производства)	150	3,159	3,225	16,200	102,411
Итого за уплотненный полдник		**290**	**22,713**	**19,679**	**46,940**	**448,584**
Итого за день:		**1415,00**	**46,477**	**44,249**	**217,016**	**1446,557**

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

МЕНЮ на 17 января 2023 года
День: вторник
Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (в граммах)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 2						
ЗАВТРАК	Каша молочная «Дружба»	200	5,526	6,294	26,706	178,901
	Какао на молоке	180	4,231	3,935	19,860	126,808
	Батон, масло, сыр	30/5/8	3,222	6,325	15,460	127,791
Итого за завтрак		**423**	**22,979**	**16,554**	**62,026**	**433,500**
2-ой ЗАВТРАК	Свежий фрукт, банан	100	1,500	0,500	21,000	96,000
	Сок фруктовый (промышленного производства)	100	0,750	0,000	15,150	64,005
Итого за 2-ой завтрак		**200**	**2,250**	**0,500**	**36,150**	**160,005**
ОБЕД	Салат из свежей капусты и моркови	50	0,321	1,739	1,216	21,496
	Суп с клёцками на м/б	250	3,384	4,478	22,483	138,151
	Котлета рыбная паровая	70	7,344	2,456	7,884	81,048
	Картофельное пюре	170	2,991	5,655	22,580	147,531
	Кисель промышленного производства	150	0,360	0,000	22,800	92,500
	Хлеб пшеничный	40	2,371	0,275	19,680	85,762
	ржаной	30	1,543	0,918	10,020	52,014
Итого за обед		**760**	**19,068**	**14,007**	**109,159**	**480,905**
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Сырники творожные, запечённые	150	22,464	19,083	23,660	350,332
	Сгущённое молоко (промышленного производства)	30	2,550	2,100	16,800	99,000
	Снежок к/м продукт (промышленного производства)	150	3,159	3,225	16,200	102,411
Итого за уплотненный полдник		**330**	**28,173**	**24,408**	**56,600**	**551,743**
Итого за день:		**1713,00**	**72,470**	**55,469**	**263,935**	**1626,153**

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