МЕНЮ на 17 октября 2023 года
День: вторник
Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

O="ГБОУ СОШ с.Сосновый Солонец СПДС ""Лесная сказка""", CN=Пурыскина И.В., E=rur43@yandex.ru
00b1f33c029594230e
2023.10.15 16:10:11+03'00'

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (в граммах)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2								
ЗАВТРАК	Каша молочная «Дружба»	150	4,145	4,721	20,030	134,176	1,760	№93
	Какао на молоке	150	3,526	3,241	16,550	105,334	1,760	№150
	Батон, масло, сыр	20/5/5	2,094	4,998	10,320	92,059	0,045	№1
Итого за завтрак		**330**	**9,765**	**12,960**	**46,900**	**331,569**	**3,565**	
2-ой ЗАВТРАК	Свежий фрукт, банан	95	1,425	0,475	19,950	91,200	10,000	№57
	Сок фруктовый (промышленного производства)	100	0,750	0,000	15,150	64,005	3,000	№399
Итого за 2-ой завтрак		**195**	**2,175**	**0,475**	**35,100**	**155,205**	**13**	
ОБЕД	Салат из свежей капусты и моркови	40	0,255	1,292	0,959	16,244	7,350	№23
	Суп с клёцками на м/б	150	2,092	2,354	14,056	82,261	9,752	№42
	Котлета рыбная паровая	50	5,157	1,709	5,591	56,973	0,308	№66
	Картофельное пюре	150	2,640	4,730	19,890	127,721	22,53	№109
	Кисель промышленного производства	150	0,360	0,000	22,800	92,500	0,250	№244
	Хлеб пшеничный	40	3,070	0,850	16,740	97,500	0,000	№147
	ржаной	20	1,320	0,200	8,040	38,000	0,000	№149
Итого за обед		**600**	**11,824**	**11,135**	**88,076**	**511,199**	**40,19**	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Сырники творожные, запечённые	120	17,854	15,054	19,540	280,173	0,558	№133
	Сгущённое молоко	20	1,700	1,400	11,200	66,000	0,000	№8
	Снежок к/м продукт (промышленного производства)	150	3,159	3,225	16,200	102,411	1,305	№15
Итого за уплотненный полдник		**290**	**22,713**	**19,679**	**46,940**	**448,584**	**1,863**	
Итого за день:		**1415,00**	**46,477**	**44,249**	**217,016**	**1446,557**	**58,618**	

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

МЕНЮ на 17 октября 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)	Витамин С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2								
ЗАВТРАК	Каша молочная «Дружба»	200	5,526	6,294	26,706	178,901	2,346	№93
	Какао на молоке	180	4,231	3,935	19,860	126,808	2,11	№150
	Батон, масло, сыр	30/5/8	3,222	6,325	15,460	127,791	0,066	№1
Итого за завтрак		**423**	**22,979**	**16,554**	**62,026**	**433,500**	**4,522**	
2-ой ЗАВТРАК	Свежий фрукт, банан	100	1,500	0,500	21,000	96,000	10,000	№57
	Сок фруктовый (промышленного производства)	100	0,750	0,000	15,150	64,005	4,500	№399
Итого за 2-ой завтрак		**200**	**2,250**	**0,500**	**36,150**	**160,005**	**14,5**	
ОБЕД	Салат из свежей капусты и моркови	50	0,321	1,739	1,216	21,496	9,200	№23
	Суп с клёцками на м/б	250	3,384	4,478	22,483	138,151	15,400	№42
	Котлета рыбная паровая	70	7,344	2,456	7,884	81,048	0,272	№66
	Картофельное пюре	170	2,991	5,655	22,580	147,531	25,600	№109
	Кисель промышленного производства	150	0,360	0,000	22,800	92,500	0,333	№244
	Хлеб пшеничный	40	2,371	0,275	19,680	85,762	0,000	№147
	ржаной	30	1,543	0,918	10,020	52,014	0,000	№149
Итого за обед		**760**	**19,068**	**14,007**	**109,159**	**480,905**	**50,805**	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Сырники творожные, запечённые	150	22,464	19,083	23,660	350,332	0,704	№133
	Сгущённое молоко (промышленного производства)	30	2,550	2,100	16,800	99,000	0,000	№8
	Снежок к/м продукт (промышленного производства)	150	3,159	3,225	16,200	102,411	1,350	№15
Итого за уплотненный полдник		**330**	**28,173**	**24,408**	**56,600**	**551,743**	**2,054**	
Итого за день:		**1713,00**	**72,470**	**55,469**	**263,935**	**1626,153**	**71,881**	

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