МЕНЮ на 20 сентября 2024 года
День: пятница
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
2024.09.17 16:34:43+03'00'

Прием пищи	*Наименование блюда*	*Вес блюда (в граммах)*	*Пищевые вещества (г)*			*Энергетическая ценность (ккал)*	*Витамин С*	*№ рецептуры*
			Белки	*Жиры*	*Углеводы*			
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5								
ЗАВТРАК	*Каша пшенная молочная*	*150*	*4,408*	*4,868*	*19,467*	*134,439*	*1,760*	*№91*
	Какао на молоке	*150*	*3,526*	*3,241*	*16,550*	*105,334*	*1,760*	*№150*
	Батон с маслом	*20/5*	*2,700*	*5,900*	*14,670*	*102,000*	*0,000*	*№34*
Итого за завтрак		***325***	***10,634***	***14,009***	***50,687***	***341,773***	***3,52***	
2-ой ЗАВТРАК	*Свежий фрукт, яблоко*	*95*	*1,482*	*1,539*	*9,120*	*51,908*	*10*	*№144*
Итого за 2-ой завтрак		***95***	***1,482***	***1,539***	***9,120***	***51,908***	***10***	
ОБЕД	*Суп овощной на м/б*	*150*	*1,165*	*1,609*	*5,914*	*41,317*	*18,770*	*№40*
	Запеканка рисовая с мясом	*200*	*12,925*	*13,065*	*34,660*	*299,254*	*1,145*	*№77*
	Икра кабачковая	*40*	*0,800*	*3,600*	*3,440*	*48,800*	*2,800*	*№42*
	Сок фруктовый (промышленного производства)	*100*	*0,750*	*0,000*	*15,150*	*64,005*	*3,000*	*№399*
	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		***550***	***20,03***	***19,324***	***83,944***	***588,876***	***25,715***	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	*Рыба, тушенная с овощами и томатом*	*50*	*4,737*	*3,274*	*2,114*	*56,343*	*8,275*	*№64*
	Макароны отварные	*40*	*1,560*	*1,640*	*48,333*	*35,333*	*0,000*	*№77*
	Чай с сахаром	*180*	*0,140*	*0,000*	*12,636*	*47,947*	*0,06*	*№152*
	Хлеб пшеничный	*20*	*1,535*	*0,425*	*8,370*	*48,750*	*0,000*	*№159*
Итого за уплотненный полдник		***290***	***7,972***	***5,339***	***71,453***	***188,373***	***8,335***	
Итого за день:		***1260,00***	***40,118***	***40,211***	***215,204***	***1170,93***	***47,57***	

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

МЕНЮ на 20 сентября 2024 года
День: пятница
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 2 ДЕНЬ 10								
ЗАВТРАК	*Каша пшенная молочная*	*200*	*5,877*	*6,490*	*25,956*	*179,252*	*2,346*	*№91*
	Какао на молоке	*180*	*4,231*	*3,935*	*19,860*	*126,808*	*2,11*	*№150*
	Батон с маслом	*30/5*	*4,000*	*8,900*	*22,000*	*153,000*	*0,000*	*№34*
Итого за завтрак		***415***	***14,108***	***19,325***	***67,816***	***459,060***	***4,456***	
2-ой ЗАВТРАК	*Свежий фрукт, яблоко*	*100*	*1,560*	*1,620*	*9,600*	*54,640*	*10*	*№144*
Итого за 2-ой завтрак		***100***	***1,560***	***1,620***	***9,600***	***54,640***	***10***	
ОБЕД:	*Суп овощной на м/б*	*250*	*1,998*	*3,216*	*10,018*	*74,505*	*31,240*	*№40*
	Запеканка рисовая с мясом	*230*	*15,054*	*15,637*	*40,320*	*352,145*	*1,351*	*№77*
	Икра кабачковая	*50*	*0,950*	*4,450*	*3,850*	*59,500*	*3,500*	*№42*
	Сок фруктовый (промышленного производства)	*100*	*0,750*	*0,000*	*15,150*	*64,005*	*4,500*	*№399*
	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		***700***	***23,365***	***25,071***	***96,098***	***699,669***	***40,591***	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	*Рыба, тушенная с овощами и томатом*	*70*	*6,785*	*4,733*	*3,102*	*81,374*	*12,35*	*№64*
	Макароны отварные	*60*	*2,340*	*2,460*	*12,500*	*52,100*	*0,000*	*№77*
	Чай с сахаром	*200*	*0,156*	*0,000*	*14,040*	*53,274*	*0,100*	*№152*
	Хлеб пшеничный	*30*	*2,302*	*0,637*	*12,555*	*73,125*	*0,000*	*№159*
Итого за уплотненный полдник		***360***	***11,583***	***7,830***	***42,197***	***259,873***	***12,45***	
Итого за день:		***1575,00***	***50,616***	***53,846***	***215,711***	***1473,242***	***67,497***	

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