МЕНЮ на 27 февраля 2023 года
День: понедельник
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
2023.02.22 12:03:10+03'00'

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (в граммах)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1						
ЗАВТРАК	Суп молочный с вермишелью	150	0,012	2,104	4,016	34,041
	Кофейный напиток злаковый на молоке	150	2,837	2,474	15,570	92,004
	Батон с маслом	20/5	2,700	5,900	14,670	102,000
Итого за завтрак		**325**	**5,549**	**10,478**	**32,256**	**228,045**
2-ой ЗАВТРАК	Свежий фрукт, яблоко	95	1,482	1,539	9,120	51,908
	Сок фруктовый (промышленного производства)	100	0,750	0,000	15,150	64,005
Итого за 2-ой завтрак		**195**	**2,232**	**1,539**	**24,270**	**115,913**
ОБЕД	Салат свекольный	40	0,468	2,581	5,520	45,805
	Суп гречневый на м/б	150	3,793	0,472	16,576	81,584
	Мясо, тушёное с овощами	170	11,310	15,427	18,580	253,755
	Компот из сухофруктов	150	0,269	0,077	21,370	81,911
	Хлеб пшеничный	40	3,070	0,850	16,740	97,500
	ржаной	20	1,320	0,200	8,400	38,000
Итого за обед		**570**	**20,230**	**19,607**	**87,186**	**598,555**
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Омлет с морковью	75	3,795	5,189	3,380	74,557
	Чай с сахаром	180	0,140	0,000	12,636	47,947
	Батон нарезной	20	1,520	0,640	8,370	48,750
	Пряники	20	1,180	0,940	15,000	73,200
Итого за уплотненный полдник		**295**	**6,635**	**6,769**	**39,386**	**244,454**
Итого за день:		**1385,00**	**34,646**	**38,393**	**183,098**	**1186,967**

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

МЕНЮ на 27 февраля 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)
			Белки	Жиры	Углеводы	
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1						
ЗАВТРАК	Суп молочный с вермишелью	250	7,160	8,222	30,642	217,544
	Кофейный напиток злаковый на молоке	180	3,405	2,995	18,670	110,590
	Батон с маслом	30/5	4,000	8,900	22,000	153,000
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
	Сок фруктовый (промышленного производства)	100	0,750	0,000	15,150	64,005
Итого за 2-ой завтрак		**200**	**2,310**	**1,620**	**24,750**	**118,645**
ОБЕД	Салат свекольный	50	0,585	3,480	7,394	61,384
	Суп гречневый на м/б	250	6,319	0,797	27,576	135,855
	Мясо, тушёное с овощами	200	13,385	18,628	22,650	306,133
	Компот из сухофруктов	150	0,269	0,077	21,370	81,911
	Хлеб пшеничный	40	3,070	0,850	16,740	97,500
	ржаной	30	1,543	0,918	10,020	52,014
Итого за обед		**720**	**25,171**	**24,750**	**105,750**	**734,797**
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Омлет с морковью	100	5,175	6,773	5,214	101,206
	Чай с сахаром	200	0,156	0,000	14,040	53,274
	Батон нарезной	30	2,280	0,960	15,000	77,760
	Пряники	40	2,360	1,880	30,000	146,400
Итого за уплотненный полдник		**370**	**9,971**	**9,613**	**64,254**	**378,640**
Итого за день:		**1755,00**	**52,017**	**56,100**	**266,066**	**1713,216**

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