

МЕНЮ на 3 февраля 2023 года

День: пятница

Возрастная категория: от 1.5 – 3 лет



«УТВЕРЖДАЮ»  
 Директор ГБОУ СОШ  
 с. Сосновый Солонец  
 А.М. Козлов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (в граммах)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Каши тиённая молочная	150	4,408	4,868	19,467	134,439	91
	какао на молоке	150	3,526	3,241	16,550	105,334	150
	Бутерброд с маслом	20/5	2,700	5,900	14,670	102,000	34
<b>Итого за завтрак</b>		<b>325</b>	<b>10,634</b>	<b>14,009</b>	<b>50,687</b>	<b>341,773</b>	
2-ой ЗАВТРАК	Свежий фрукт, яблоко	95	1,482	1,539	9,120	51,908	144
<b>Итого за 2-ой завтрак</b>		<b>95</b>	<b>1,482</b>	<b>1,539</b>	<b>9,120</b>	<b>51,908</b>	
ОБЕД	Салат из белокачанной капусты с морковью	20	0,321	1,739	1,216	21,496	23
	Рассольник с м/пт.	150	1,105	2,363	8,640	58,088	46
	Плов из м/пт.	150	9,438	13,481	24,020	249,156	57
	кисель	150	0,360	0,000	22,800	92,500	244
	Хлеб тиеничный	40	3,070	0,850	16,740	97,500	147
	Хлеб ржаной	20	1,320	0,200	8,040	38,000	149
<b>Итого за обед</b>		<b>530</b>	<b>15,614</b>	<b>18,633</b>	<b>81,456</b>	<b>556,740</b>	
ПОЛДНИК	Ряженка	150	4,35	4,8	6	88,50	35
<b>Итого за полдник</b>	Вафля	50	7,39	6,98	43,45	265,99	449
<b>Итого за день:</b>		<b>200</b>	<b>11,74</b>	<b>11,78</b>	<b>49,45</b>	<b>354,490</b>	
		<b>1150</b>	<b>39,470</b>	<b>45,961</b>	<b>190,713</b>	<b>1304,911</b>	

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

МЕНЮ на 3 февраля 2023 года

День: пятница

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГБОУ СОШ

г. Сосновы Солонец

А.М. Козлов



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (в граммах)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1							
ЗАВТРАК	Каша тиённая молочная какао на молоке	250	7,346	8,113	32,445	224,065	91
	Бутерброд с маслом	180	4,231	3,935	19,86	126,808	150
		20,5	1,58	5,24	9,81	93,87	3
Итого за завтрак		455	13,157	17,288	62,115	444,743	
2-ой ЗАВТРАК	Свежий фрукт, яблоко	95	1,482	1,539	9,120	51,908	
Итого за 2-ой завтрак		100	0,4	0,4	9,8	44	
ОБЕД	Салат из белокачанной капусты с морковью	50	0,321	1,739	1,216	21,496	23
	Рассольник с м/пт.	250	1,877	4,724	14,304	103,663	46
	Плов из м/пт.	200	13,385	19,109	36,100	360,897	57
	кисель	200	0,000	0,000	19,6	80,000	122
	Хлеб тиеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	147
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	149
Итого за обед		780	21,253	102,933	102,410	723,556	
ПОЛДНИК	Ряженка	100	3,90	2,50	4,20	54,00	35
	Вафля	20	1,78		14,6	67,2	449
Итого за полдник		280	14,59	12,740	51,01	386,590	
Итого за день:		1615	49,400	133,361	225,335	1598,889	

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