

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания воспитанников в детском саду : 12 часов

Утверждено

Директор ГБОУ СОШ №1 города Кинеля

Е.А. Деженина

01.11.2021г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1 День 3 Завтрак	КАША ИЗ КРУПЫ «ГЕРКУЛЕС» МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,4	9,7	22,3	202,3	№24
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,2	2,4	20,5	117,9	№379
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,57	1,0	16,6	87,3	
	Итого за завтрак	410	12,17	13,1	59,4	407,5	
II Завтрак	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ) 2,5%	100	2,67	2,5	10,8	79,0	№386
	Обед						
Октябрь-июнь Июль-сентябрь	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1,1	3,1	10,0	70,8	№35
	САЛАТ «ЛЕТНИЙ»	60	1,5	4,44	5,52	67,8	№34
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	1,8	4,4	13,8	92,0	№199
	КАПУСТА, ТУШЕННАЯ С МЯСОМ	200	9,0	7,5	7,36	255,0	№159
	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	1,1	0	30,02	114,3	№355
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,98	0,36	10,26	54,3	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,08	1,2	19,92	104,8		
Итого за обед		710	18,08	17,46	90,48	690,3	
Уплотненный полдник	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	125	8,2	10,3	25,0	226,0	№204
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,98	0,36	10,26	54,3	№218
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	11,0	41,8	№154
Итого за полдник		355	10,18	10,66	46,26	322,1	
Итого за 3 день:		1575	43,1	43,72	206,94	1498,9	