Утверждаю:
Директор ГБОУ СОШ с.Узюково
_____Т.Ю.Безьянова

4 день
Меню на 05.02.2024

Прием пищи, наименование блюда	Масса пор-ции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (Ккал)	
		Б		Ж		У			
		Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	С ад	Ясли	Сад
Завтрак									
Каша вязкая молочная «Дружба»	150\200	4,66	6,21	5,79	7,73	20,78	27,71	150,75	201
Бутерброд с маслом и сыром	30\5\6	2,148	2,148	4,216	4,216	10,306	10,306	85,194	85,194
Какао на молоке	150\200	2,65	2,96	2,3	2,6	11,31	15,9	77	98
Всего за завтрак		**9,458**	**11,318**	**12,306**	**14,546**	**42,396**	**53,916**	**312,944**	**384,194**
Обед									
Рассольник домашний о сметаной	150\200	1,105	1,491	2,363	3,543	8,640	11,472	58,088	80,875
Суфле из курицы	40\50	5,944	6,944	7,171	9,056	0,557	0,668	90,409	111,785
Макаронные изделия с овощами	120\30/ 160\40	5,53	7,37	6,68	8,90	26,95	35,93	198,37	264,50
Салат из огурцов свежих	**40\50**	**0,624**	**0,624**	**2,581**	**2,611**	**1,003**	**0,963**	**29,483**	**29,606**
Компот из смеси сухофруктов	180\200	0,04	0,04	0,00	0,00	22,28	24,76	64,78	94,20
Хлеб пшеничный	50	3,8	3,8	0,4	0,4	24,45	24,45	119	119
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,86	2,86	0,63	0,63	16,83	16,83	85,6	85,6
Выход за обед		**19,279**	**22,505**	**17,244**	**22,529**	**99,707**	**114,11**	**551,467**	**755,96**
Полдник									
Печенье	12\20	1,08	1,8	1,74	2,9	11,22	18,7	62,52	104,2
Чай без сахара	150\200	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход за полдник		**1,08**	**1,8**	**1,74**	**2,9**	**11,22**	**18,7**	**62,52**	**104,2**
Ужин									
Омлет натуральный с маслом	80\100	7,21	9,01	10,01	12,51	1,79	2,24	125	156,25
Чай с сахаром	150\200	0,78	1,17	0,000	0,000	7,020	10,53	26,637	39,955
Хлеб пшеничный	50	3,8	3,8	0,4	0,4	24,45	24,45	119	119
Выход за ужин		**11,79**	**13,98**	**10,41**	**12,91**	**33,26**	**37,22**	**270,637**	**315,205**
Всего за день		**42,231**	**50,227**	**44,281**	**55,496**	**187,586**	**224,909**	**1227,165**	**1589,165**