

Утверждаю  
ст.воспитатель СПДС № 3 «Волна»  
Ю.Н.Кузнецова

ГБОУ СОШ № 1 СПДС № 3 «Волна»  
Меню на 02.05.2024 год (ясли/сад)

| Наименование<br>блюда и продукта         | Выход<br>блюда | Химический состав |             |               | Энергети<br>ческая<br>ценность<br>(ккал) |
|--|----------------|-------------------|-------------|---------------|--|
|  |                | белки             | жиры        | углево<br>ды  |  |
| <b>Завтрак</b>                           |                |                   |             |               |  |
| <b>Каша молочная геркулесовая</b>        | 150/200        | 4,23/5,64         | 4,62/6,15   | 19,32/25,74   | <b>130,82/174</b>                        |
| <b>Батон молочный с сыром</b>            | 20/8/20/10     | 4,38/6,47         | 7,7/11,38   | 9,24/13,66    | <b>125,6/185,7</b>                       |
| <b>Кофейный напиток</b>                  | 180/180        | 4,005/4,45        | 5,58/6,2    | 74,59/82,88   | <b>107,32/119,24</b>                     |
| <b>Второй завтрак</b>                    |                |                   |             |               |  |
| <b>Кисломолочный продукт</b>             | 100/100        | 2,7/2,7           | 2,5/2,5     | 10,8/10,8     | <b>76,5/76,5</b>                         |
| <b>Обед</b>                              |                |                   |             |               |  |
| <b>Луковый салат</b>                     | 40/60          | 0,498/0,747       | 2,646/3,968 | 4,493/6739    | <b>42,654/63,654</b>                     |
| <b>Суп с клецками на к/б со сметаной</b> | 180/200        | 1,6/2             | 4,16/5,2    | 7,4/9,3       | <b>72/90</b>                             |
| <b>Гороховое пюре с курицей</b>          | 150/200        | 4/5,3             | 5,4/7,2     | 15,6/20,8     | <b>159,76/213,0</b>                      |
| <b>Компот из сухофруктов</b>             | 150/180        | 0,42/0,56         |             | 20,55/27,4    | <b>83,88/111,84</b>                      |
| <b>Хлеб пшеничный</b>                    | 20/20          | 2,3/2,8           | 0,9/1       | 14,9/18       | <b>78/78</b>                             |
| <b>Хлеб ржаной</b>                       | 20/30          | 1,3/1,8           | 0,2/0,5     | 6,8/7,2       | <b>36,2/40</b>                           |
| <b>Усиленный полдник</b>                 |                |                   |             |               |  |
| <b>Каша гречневая</b>                    | 150/170        | 5,58/7,55         | 3,052/7,23  | 26,446/41,17  | <b>182,94/213,12</b>                     |
| <b>Кондитерское изделие</b>              | 15/20          | 4,51/5,15         | 5,04/5,76   | 28,47/30,5    | <b>173/198</b>                           |
| <b>Молоко</b>                            | 150/180        | 4,0/4,45          | 4,65/6,2    | 9,08/12,1     | <b>89,43/119,24</b>                      |
| <b>Итого на день:</b>                    | 1565           | 25,25/28,44       | 28,08/34,08 | 163,19/330,73 | <b>1377,53/1730,69</b>                   |