

Утверждаю

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

ГБОУ СОШ № 1 СПДС № 3 «Волна»  
Меню на 05.04.2024 год (ясли/сад)

Наименование блюда и продукта	Выход блюда	Химический состав			Энергетическ ая ценность (ккал)
		белки	Жиры	углево ды	
<b>Завтрак</b>					
Суп молочный, вермишелевый	150/180	10,4/13,6	7,08/9,26	7,58/9, 92	<b>180,6/236,17</b>
Батон молочный с сыром	20/8/40 /10	4,38/6,47	,7/11,38	9,24/1 3,66	<b>125,6/185,7</b>
Какао с молоком	180/ 200	3,7/4,45	5,16/6,2	69,02/ 82,88	<b>99,36/119,24/</b>
<b>Второй завтрак</b>					
Кисломолочный продукт	100/100	1,50/50	0,10/0,10	21,80/ 21,80	<b>95/95</b>
<b>Обед</b>					
Салат весенний	40/60	3,66/4,88	5,43/7,24	21,38/ 28,51	<b>148,5/198</b>
Свекольник на курином бульоне со сметаной	150/200	1,98/2,21	2,196/2,44	14,49/ 16,1	<b>172,94/192,15</b>
Картофельное пюре, бефстроганов из курицы в сметане	120/60 130/70	2,112/12, 85/3,39/1 7,43	3,78/7,074/4 ,69/11,64	15,92/ 8,57/2 7,66/7, 10	<b>102,18/144/94/ 168,69/162,31</b>
Компот из сухофруктов	180/200	0,24/0,32	0,11/0,14	14,59/ 19,45	60/80
Хлеб пшеничный	20/20	2,3/2,8	0,9/1	14,9/1 8	<b>78/78</b>
Хлеб ржаной	20/30	1,3/1,8	0,2/0,5	6,8/7,2	<b>36,2/40</b>
<b>Усиленный полдник</b>					
Рыба запечённая с овощами, рис отварой	150/170	7,4/9,45	4,58/5,85	21,04/ 26,88	<b>152,73/195,15</b>
Чай сладкий	150/180	9/12	2,3/3,1	10,5/1 4	<b>39,8/53,06</b>
Батон молочный	20/30	1,15/2,1	3,975/5,7	9,69/2 0,7	<b>77,85//144</b>
<b>Итого на день:</b>	1183	1795/69,2 84	83,23/58,59	230,36 /350,1	1795,7/2432,9 2