

ГОБУ лицей с. Хрящевка СПДС "Сказка"
01 сентября 2023 г.

Меню Ясли

| Пищевая ценность | | | | Выход | Источник | Наименование блюда | Стоимость питания |
|-----------------------|-----------|------------|--------------|-------|----------|--|-------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 4 | 5 | 13 | 110 | 0,150 | | Каша манная молочная | 10,45 |
| - | - | - | 3 | 25 | | Бутерброды с маслом | 3,84 |
| 3 | - | 14 | 89 | 0,180 | | Чай со сгущенным молоком | 5,26 |
| - | - | 3 | 12 | 0,030 | | Салат из моркови и яблок | 1,77 |
| | | | | | | | 21,32 |
| Обед | | | | | | | |
| 4 | 2 | 9 | 68 | 150 | | Рассольник рыбный со сметаной | 13,47 |
| 7 | 10 | 18 | 191 | 130 | | Плов из кур | 28,30 |
| 1 | - | 8 | 43 | 20 | | Хлеб пшеничный | 1,07 |
| 2 | - | 18 | 76 | 40 | | Хлеб ржаной | 1,52 |
| - | - | 21 | 82 | 0,150 | | Напиток из плодов шиповника | 3,54 |
| - | 1 | 1 | 12 | 0,030 | | Салат из капусты с растительным маслом | 1,24 |
| | | | | | | | 49,14 |
| Второй завтрак | | | | | | | |
| 1 | - | 10 | 42 | 100 | | Сок натуральный | 7,37 |
| | | | | | | | 7,37 |
| Полдник | | | | | | | |
| 3 | 4 | 15 | 105 | 0,050 | | Пирог с капустой | 5,33 |
| 4 | 4 | 6 | 80 | 0,150 | | Варенец | 10,42 |
| | | | | | | | 15,75 |
| Ужин | | | | | | | |
| 13 | 12 | 30 | 276 | 0,150 | | Пудинг из творога с яблоками | 36,44 |
| - | 2 | 1 | 27 | 30 | | Соус сметанный | 2,28 |
| - | - | 7 | 28 | 150 | | Чай без сахара | 0,20 |
| - | - | 10 | 44 | 0,100 | | Яблоки | 13,90 |
| | | | | | | | 52,82 |
| 45 | 42 | 185 | 1 288 | | | | 146,40 |

Меню Сад

| Пищевая ценность | | | | Выход | Источник | Наименование блюда | Стоимость питания |
|-----------------------|-----------|------------|--------------|-------|----------|--|-------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 6 | 6 | 17 | 140 | 0,190 | | Каша манная молочная | 13,27 |
| - | - | - | 3 | 25 | | Бутерброды с маслом | 3,87 |
| 3 | - | 14 | 89 | 0,180 | | Чай со сгущенным молоком | 5,29 |
| - | - | 4 | 16 | 40 | | Салат из моркови и яблок | 2,40 |
| | | | | | | | 24,83 |
| Обед | | | | | | | |
| 1 | 2 | 9 | 58 | 0,180 | | Рассольник рыбный со сметаной | 16,34 |
| 9 | 13 | 23 | 234 | 160 | | Плов из кур | 35,25 |
| 2 | 1 | 13 | 64 | 30 | | Хлеб пшеничный | 1,60 |
| 3 | 1 | 22 | 95 | 50 | | Хлеб ржаной | 1,90 |
| - | - | 21 | 82 | 0,150 | | Напиток из плодов шиповника | 3,55 |
| - | 1 | 1 | 16 | 0,040 | | Салат из капусты с растительным маслом | 1,65 |
| | | | | | | | 60,29 |
| Второй завтрак | | | | | | | |
| 1 | - | 10 | 42 | 100 | | Сок натуральный | 7,37 |
| | | | | | | | 7,37 |
| Полдник | | | | | | | |
| 3 | 5 | 18 | 126 | 60 | | Пирог с капустой | 6,56 |
| 4 | 4 | 6 | 80 | 0,150 | | Варенец | 10,42 |
| | | | | | | | 16,98 |
| Ужин | | | | | | | |
| 16 | 15 | 36 | 332 | 0,180 | | Пудинг из творога с яблоками | 44,59 |
| - | 3 | 1 | 35 | 40 | | Соус сметанный | 3,25 |
| - | - | 7 | 28 | 150 | | Чай без сахара | 0,20 |
| - | - | 10 | 44 | 0,100 | | Яблоки | 13,90 |
| | | | | | | | 61,94 |
| 49 | 51 | 211 | 1 485 | | | | 171,41 |