

ГБОУ лицей с. Хрящевка СПДС "Сказка"
04 сентября 2023 г.

Меню Ясли

Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал				
Завтрак							
-	-	4	17	0,030		Морковь протертая с сахаром	0,48
-	-	-	3	25		Бутерброды с маслом	4,28
3	3	13	89	150		Какао с молоком	6,64
4	5	20	134	0,150		Каша "Дружба"	9,60
							21,00
Обед							
1	2	10	65	0,150		Борщ красный со сметаной	3,66
4	5	17	130	0,110		Каша гречневая рассыпчатая с овощами	5,71
2	1	17	86	40		Хлеб пшеничный 1	1,81
1	-	9	38	0,020		Хлеб ржаной	0,85
-	-	21	82	0,150		Компот из сухофруктов	1,92
12	5	1	99	0,030		Гуляш из печени	34,85
1	2	4	36	40		Салат витаминный	2,97
							51,77
Второй завтрак							
1	-	10	42	100		Сок натуральный	7,52
							7,52
Полдник							
2	3	19	104	25		Печенье промышленного производства	4,99
5	5	9	102	180		Молоко кипяченое	10,59
							15,58
Ужин							
2	5	10	107	0,110		Картофельное пюре	4,81
5	5	3	73	0,050		Биточки рыбно-овощные	11,72
1	-	8	43	20		Хлеб пшеничный	0,90
1	-	9	38	0,020		Хлеб ржаной	0,85
-	-	7	28	150		Чай с сахаром	0,75
-	-	10	44	0,100		Яблоки	14,48
							33,51
47	41	203	1 360				129,38

Меню Сад

Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал				
Завтрак							
-	-	6	23	40		Морковь протертая с сахаром	0,69
-	-	-	3	25		Бутерброды с маслом	4,21
3	3	13	89	150		Какао с молоком	6,62
5	6	24	162	0,180		Каша "Дружба"	11,63
							23,15
Обед							
2	12	79	39	0,180		Борщ красный со сметаной	4,55
5	6	20	153	0,130		Каша гречневая рассыпчатая с овощами	6,66
3	1	21	107	50		Хлеб пшеничный	2,26
2	-	11	47	0,025		хлеб ржаной	1,06
-	-	21	82	0,150		Компот из сухофруктов	1,92
15	7	2	13	0,040		Гуляш из печени	41,71
1	2	6	46	50		Салат витаминный	3,73
							61,89
Второй завтрак							
1	-	10	42	100		Сок натуральный	7,52
							7,52
Полдник							
2	3	22	125	30		Печенье промышленного производства	5,99
6	5	10	133	0,200		Молоко кипяченое	11,77
							17,76
Ужин							
3	6	12	126	0,130		Картофельное пюре	5,51
7	7	5	114	0,070		Биточки рыбно-овощные	16,20
1	-	8	43	20		Хлеб пшеничный	0,90
2	-	11	47	0,025		хлеб ржаной	1,06
-	-	10	40	180		Чай с сахаром	0,93
-	-	10	44	0,100		Яблоки	14,48
							39,08
57	60	302	1 478				149,40