

ГБОУ лицей с. Хрящевка СПДС "Сказка"

04 сентября 2024 г.

Меню Ясли

Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал				
Завтрак							
5	6	22	157	0,180		Суп молочный с вермишелью	16,25
60	100	300	3 400	25		Бутерброды с маслом	4,44
3	2	11	77	150		Чай с молоком	6,24
Обед							
4	3	9	81	0,150		Суп картофельный с куриными фрикадельками -	18,52
3	8	29	190	0,150		Плов с овощами	12,24
1 228	428	8 372	42 886	20		Хлеб пшеничный	1,03
1	-	9	38	0,020		Хлеб ржаной	0,97
-	-	21	82	0,150		Напиток из плодов шиповника	4,16
							36,92
Второй завтрак							
				100		сок	7,60
							7,60
Полдник							
3	6	30	184	50		Сметанник	9,39
5 490	4 896	9 090	102 006	180		Молоко кипяченое	11,06
							20,45
Ужин							
2	3	23	122	0,130		Картофель тушеный с луком и томатом	9,85
1 228	428	8 372	42 886	20		Хлеб пшеничный	1,03
1	-	9	38	0,020		Хлеб ржаной	0,97
-	-	20	82	180		Компот из черной смородины	8,77
1	1	2	22	40		Салат "Школьный"	2,15
							31,86

8 030 5 883 26 329 192 294

123,76

Меню Сад

Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал				
Завтрак							
6	7	25	174	0,200		Суп молочный с вермишелью	17,95
60	100	300	3 400	25		Бутерброды с маслом	4,44
3	2	14	89	180		Чай с молоком	6,58
Обед							
5	4	11	97	0,180		Суп картофельный с куриными фрикадельками	20,56
4	9	32	215	0,170		Плов с овощами	14,05
2 456	856	16 744	85 772	40		Хлеб пшеничный 1	2,05
2	-	11	47	0,025		хлеб ржаной	1,21
-	-	21	82	0,150		Напиток из плодов шиповника	4,14
							42,01
Второй завтрак							
				100		сок	7,60
							7,60
Полдник							
4	9	39	248	60		Сметанник	10,52
6	5	10	133	0,200		Молоко кипяченое	12,29
							22,81
Ужин							
3	3	27	141	150		Картофель тушеный с луком и томатом	11,50
1 228	428	8 372	42 886	20		Хлеб пшеничный	1,03
2	-	11	47	0,025		хлеб ржаной	1,21
-	-	20	82	180		Компот из черной смородины	8,80
1	3	5	54	50		Салат "Школьный"	3,73
-	-	10	44	0,100		Яблоки	9,08
							35,35
3 779 1 428 25 653 133 511				136,74			