



Меню 25 апреля 2023 год

СП "Детский сад №11" ГБОУ СОШ №38 г.о.Сызрань

Примечание	Название блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)	
		возраст		Белки		Жиры		Углеводы			
		1г-3г	3г-7л	Возраст		Возраст		Возраст		Возраст	
				1г-3г	3г-7л	1г-3г	3г-7л	1г-3г	3г-7л	1г-3г	3г-7л
Завтрак	Пудинг из творога с молочным соусом со сгущенным молоком	130	180	20,2	29,2	14,5	20,9	30,6	44,1	167,9	292
	Кофейный напиток на молоке	180	200	4,1	4,5	4,5	5	19,4	21,4	73,5	85
	Бутерброд с сыром	180	200	4,1	4,5	4,5	5	19,4	21,4	73,5	85
	Итого за завтрак:	40/10	40/15	5,7	5,7	12,1	12,1	13,1	13,1	186,4	186,4
	Сок фруктовый	380	455	34,1	43,9	35,6	43	82,5	100	501,3	648,4
2 завтрак	Итого за 2 завтрак:	100	150	0,5	0,5	0,1	0,1	10,1	10,1	46	46
	Варёная свекла дольками	100	150	2,8	4,2	3,2	4,8	4,1	6,1	74,7	88,5
Обед	Щи из свежей капусты на мясном бульоне со сметаной с йодированной солью	30	50	0,7	0,8	0,03	0,04	3,9	5,2	16,5	22,05
	Пирог с мясом и рисом	150	200	1,2	1,6	2,9	3,9	4,3	5,8	66,5	73,8
	Компот из сухофруктов + вит. С	120	150	15,9	19,9	8,9	11,1	39,1	48,9	298,6	373,2
	Хлеб ржаной	150	180	0,8	0,9	0	0	20,2	24,3	80,6	96,7
	Итого за обед:	450	580	18,6	23,2	11,83	15,04	67,5	84,2	462,2	565,75
Уплотненный полдник	Пюре картофельное	110	130	2,4	2,8	2,8	4	5,9	6,9	81,4	90,8
	Палочки сытные	50	50	6,4	6,4	4,3	4,3	5,8	5,8	87,5	87,5
	Чай с сахаром	150	180	9	10,8	2,3	2,7	9,7	11,7	37	44,3
	Хлеб пшеничный	20	40	1,2	2,4	0,4	0,8	8,4	16,8	50,9	85,8
	Итого за уплотненный полдник:	330	400	19	22,4	9,8	11,8	29,8	41,2	256,8	308,4
	Итого за день:	1260	1615	70,5	79,3	53,23	65,44	188,2	236,3	1268,4	1578,1
Итого стоимость дня		133,65 руб	168,23 руб								

Гл. бухгалтер

Каракова И.Е.