

Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ №38 г.о.Сызрань
 О.В.Буртаева

Меню 17 октября 2023 год
 СП "Детский сад №11" ГБОУ СОШ №38 г.о.Сызрань

Примечание	Название блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)	
		выраст		Белки		Жиры		Углеводы		Выраст	
		г/шт	шт/кг	Выраст		Выраст		Выраст		г/шт	шт/кг
				г/шт	шт/кг	г/шт	шт/кг	г/шт	шт/кг		
Завтрак	Каша овсяная молочная с маслом	250	210	5,3	6,8	7,8	10,4	18,8	27,9	120,6	100,1
	Чай с сахаром	150	180	9	10,8	2,7	2,7	9,7	11,7	37	44,7
	Булочка с маслом	50/10	40/45	3,8	6,9	7,4	17,6	8	14,7	20,4	170,1
	Итого за завтрак:	500	455	26,6	35,3	19,8	29,4	46,8	64	274	377,8
2 завтрак	Кисломолочный продукт (ряженка, сметана, йогурт, биокефир, кефир, ацидофилин, 2,0-3,2%)	100	150	2,8	4,2	3,2	4,8	4,1	6,1	61,9	78,9
	Итого за 2 завтрак:	100	150	2,8	4,2	3,2	4,8	4,1	6,1	61,9	78,9
Обед	Салат овощной	30	30	0,3	0,9	0,9	3,3	1,2	1,8	22,1	22,1
	Суп картофельный с мясными продуктами и поджаренной картошкой	150	250	2,7	3,3	3,4	1,9	9,7	17,3	97,1	117,3
	Рис отварной	120	150	2,9	4,1	4,3	6,08	20,3	41,6	320	155,4
	Горчица с укропом со сметаной	50/33	70/40	6,9	3,9	3,4	6,3	6,3	7,8	36,4	85
	Салат из овощей (помидоры - 1 шт, капуста)	150	130	0,1	0,2	0,1	0,2	17,9	21,3	49,3	59,2
	Хлеб пшеничный	20	20	1,7	3,2	0,4	0,4	8,4	8,4	30,9	30,9
	Хлеб ржаной	40	50	2,4	3	0,4	0,5	17,7	22,2	73,6	94,5
	Итого за обед:	510	700	14,3	19,2	11,9	18,68	90,2	115,6	446,6	554,4
Удобрительный десерт	Компот из фруктов (яблоки)	50	60	0,7	0,3	2,3	3,3	5	7	27,5	44,3
	Пюре картофельное	120	150	2,4	2,8	3,4	4	3,8	6,9	94,2	107,2
	Сок фруктовый	100	150	0,3	0,5	0,1	0,7	10,3	10,3	46	46
	Хлеб пшеничный	20	20	1,7	3,2	0,4	0,4	8,4	8,4	30,9	30,9
	Булочка с маслом	45	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	29,9	80
	Итого за удобрительный десерт:	385	480	11,2	14,2	6,6	8,2	38,7	42,2	358,9	378,7
Итого за день:	1385	1785	54,9	71,9	43,5	61,08	179,8	227,9	1121	1349,8	
Итого стоимость: руб	106,05 руб	122,38 руб									

Гл. бухгалтер

Каракова И.Е.