

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



Меню 24 октября 2023 год

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

| Прием пищи | 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 сметанным 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 | 40/10 | 40/15 | 5,7 | 5,7 | 12,1 | 12,1 | 13,1 | 13,1 | 186,4 | 186,4 |
| | Итого за завтрак: | 380 | 455 | 30 | 39,4 | 31,1 | 38 | 63,1 | 78,6 | 427,8 | 563,4 |
| 2 завтрак | Сок фруктовый | 100 | 150 | 0,5 | 0,5 | 0,1 | 0,1 | 10,1 | 10,1 | 46 | 46 |
| | Итого за 2 завтрак: | 100 | 150 | 0,5 | 0,5 | 0,1 | 0,1 | 10,1 | 10,1 | 46 | 46 |
| Обед | Салат летний | 30 | 50 | 0,3 | 0,5 | 1,9 | 3,1 | 1,2 | 1,9 | 22,3 | 37,1 |
| | Щи из свежей капусты на мясном бульоне со сметаной с поджаренной соляно | 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 |
| | Напои 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: | 910 | 1615 | 70,5 | 79,3 | 53,23 | 65,44 | 188,2 | 236,3 | 1268,4 | 1578,05 |
| Итого стоимость дня | | 143,31 руб | 177,55 руб | | | | | | | | |

Гл. бухгалтер

Каракова И.Е.