

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



Меню 16 апреля 2024 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-7.1	Возраст		Возраст		Возраст		Возраст	
				1г-3г	3г-7.1	1г-3г	3г-7.1	1г-3г	3г-7.1	1г-3г	3г-7.1
Завтрак	Пудинг из творога с молочным соусом со сливочным маслом	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
	Интерброд 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
	Вареная свекла до сока	30	50	0,3	0,5	1,9	3,1	1,2	1,9	22,3	37,1
Обед	Щи из свежей капусты на мясном бульоне со сметаной с поваренной солью	30	50	0,7	0,8	0,03	0,04	3,9	5,2	16,5	22,05
	Широк 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 + витамин 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
	Пюре картофельное	110	130	2,4	2,8	2,8	4	5,9	6,9	81,4	90,8
Уплотненный полдник	Палочки сырные	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.