

Утверждаю:
Директор ГБОУ ООШ с.Купино
_____/Л.В.Климова/

Неделя 2

10.03.2025 г.

День 6

Наименование блюд	Выход блюд (г)		от 1,5 года до 3-х лет Химический состав				от 3-х до 7-ми лет Химический состав				Витамин "С"	№реп.
	1-3-х	3-7-х	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. Ценность (ккал)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. Ценность (ккал)		
ЗАВТРАК												
каша пшеничная молочная гречневая с т говядиной	150,0	200,0	5,550	6,300	24,500	177,400	7,44	8,07	35,28	243,92		189
кофейный напиток	150,0	200,0	1,130	0,980	16,800	80,250	1,150	1,300	22,400	107,000		432
бударброд с маслом	20\5	30\5	1,180	5,640	10,960	102,000	1,830	5,660	10,960	102,000		1
всего	335,0	435	8,51	12,92	52,26	359,65	10,42	15,03	68,64	452,92		
ОБЕД												
суп картофельный с клецками на м б	150,0	200,0	2,300	1,830	12,290	74,880	2 ,990	2,370	15,970	97,340		92
жаркое по домашнему	150,0	220,0	7,960	8,140	14,550	182,800	11,680	11,940	21,340	268,110		94
компот из сухофруктов с вит "С"	150,0	180,0	0,45	0,08	23,78	98,25	0,54	0,09	28,53	117,9	35\ 50	402
хлеб пшеничный	30,0	45,0	1,930	0,350	1,740	50,750	3,190	0,490	20,430	103,000		700
хлеб ржаной	40,0	45,0	2,600	0,300	16,900	81,600	2,340	0,540	19,930	96,000		700
всего	520	690	15,240	10,7	69,26	488,28	20,74	15,43	106,2	587,31		
ПОЛДНИК												
Плов из риса с курагой	50	80	1, 200	0,600	14, 220	76,360	1,920	2,540	22,750	122,170		72
Чай с сахаром	150,0	170	0,1	0,015	8,5	34,17	0,11	0,017	9,63	38,72		132
всего	200	250	1,3	0,615	22, 72	110, 53	2,03	2,557	32,38	160,89		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1055,0	1375	25,05	25, 23	144, 24	958,46	33,19	33,017	207,22	1201,12		

