

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

Неделя 2

22.07.2025 г.

День 7

Наименование блюд	Выход блюд (г)		от 1 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 из овсяных хлопьев молочная жидкая	150.0	200.0	3.420	2.940	13.020	93.000	6.6	9	20.6	187		33
Кисель плодово-ягодный	150.0	200.0	0.160	3.040	9.900	39.400	0.220	4.060	13.300	52.600		133
Бутерброд с маслом	30\5	50\5	4.130	8.540	10.960	138.300	3.600	8.950	14.620	154.100		1
всего	300	400	7.71	14.52	33.88	270.7	10.42	22.01	48.52	393.7		0
ВТОРОЙ ЗАВТРАК												
ОБЕД												
Салат витаминный	40.0	50.0	0.740	3.200	2.200	40.800	0.570	3.570	3.930	50.450		11
Щи со свежей капусты со сметаной	150\20	200\20	1.150	3.600	7.600	69.100	3.060	4.280	10.040	92.820		39
Тефтели рыбные	50.0	70.0	18.96	17.3	24.6	357	22.97	19.8	28.7	389.3		1
Картофель в молоке, соус молочный	100.0	150\20	15.840	13.770	19.960	270.830	3.040	3.230	17.100	109.720		89
Компот из сухофруктов с витамином "С"	150.0	180.0	0.450	0.080	23.780	98.250	0.540	0.090	28.530	117.900	35\50	402
Хлеб пшеничный	30.0	40.0	1.930	0.350	1.740	50.750	2.200	0.400	2.200	58.000		701
Хлеб ржаной	40.0	40.0	2.600	0.300	16.900	81.600	3.200	0.400	21.100	102.000		700
всего	410	380	41.67	38.6	96.78	968.33	35.58	31.77	111.6	920.19		0
ПОЛДНИК												
Макаронны запеченные с сыром с маслом сливочным	50\10	80\10	5.400	7.900	23.500	199.300	10.700	11.000	29.200	272.000		138
Чай с сахаром	150.0	170	2.18	1.88	18.6	100.5	0.12	3.06	13	49.28		397
всего	150	170	7.58	9.78	42.1	299.8	10.82	14.06	42.2	321.28		0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	860	950	56.96	62.9	172.76	1538.83	56.82	67.84	202.32	1635.17		0