

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

Неделя 2
День 10

28.03.2025г.

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"
	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 молочная Дружба	150,0	200,0	4,740	7,630	19,750	167,370	6,32	10,18	26,34	223,16	
Чай с сахаром	150,0	200,0	9,000	2,300	9,750	36,960	12,000	3,060	13,0	49,280	
Бутерброд с маслом	20\5	30\5	1,220	3,770	7,310	68,0	1,830	5,640	10,960	102,000	
всего	325,0	435	14,96	13,7	36,81	204,33	20,15	18,88	37,3	374,44	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК											
ОБЕД											
Суп крестьянский со сметаной	150,0\20	200,0 \20	1,810	1,210	9,900	69,060	2,420	1,620	13,200	92,080	
Рыба, запеченная с картофелем по - русски	150,0	220,0	14,980	12,910	18,720	253,900	21,970	18,940	27,450	372,390	
Кисель из кураги	150,0	180	0,67	0,045	21,43	88,8	0,81	0,054	25,72	106,56	
хлеб пшеничный	30,0	35,0	1,930	0,350	1,740	50,750	2,480	0,380	16,240	80,150	
хлеб ржаной	30,0	40,0	1,560	0,360	13,29	64,200	2,080	0,480	17,710	85,330	
всего	360	675,0	20,95	14,875	51,79	526,71	29,76	21,474	100,32	736,51	
ПОЛДНИК											
Картофель отварной, запеченный с маслом	50	80	1,180	1,420	7,660	57,810	1,880	2,280	12,260	92,500	
молоко кипяченое	150,0	170	4,57	4,08	7,57	885	5,49	5,16	9,09	102	

всего			5,75	5,5	15,23	942,81	7,37	7,44	21,35	194,5	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	685	435	41,66	34,075	103,83	1673,85	57,28	47,794	158,97	1305,45	

№рен.
66
132
1
0
37
89
380
700
700
0
55
400

0
0