

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

Неделя 1
День 2

29.07.2025 г.

Наименование блюд	Выход блюд (г)		от 1,5 года до 3-х лет Химический состав				от 3-х до 7-ми лет Химический состав				Витамины "С"	№рек.
	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	150.0	200.0	4.650	6.000	23.300	166.500	6.2	8.05	31.09	222.02		48
Кисель молочный	150.0	200.0	2.100	2.790	22.600	128.500	4.200	3.720	30.240	171.400		384
бударброд с маслом	30\5	40\5	1 ,83	5.640	10.960	102.000	2.440	7.500	14.620	136.000		1
всего	335.0	435	8 51	12 92	52 26	359 65	12.84	19.27	75.95	529		0
ВТОРОЙ ЗАВТРАК												
ОБЕД												
Суп овощной на курином бульоне	150.0	200.0	2.580	0.370	6.270	45.900	3.440	0.500	8.360	61.200		39
Рыба тушеная с овощами в томате	50.0	70.0	14.900	12.200	18.720	253.900	21.700	18.900	27.450	372.390		89
Картофель отварной	100.0	150.0	1.93	2.82	10.78	96.28	2.89	4.23	16.17	144.43		54
мпот из сухофруктов с "вит	150.0	180.0	0.450	0, 08	23.780	23.780	0.540	0 ,09	28.530	117.900	35\50	402
Хлеб пшеничный	30.0	30.0	1.930	0.350	1.740	50.750	2.220	0.660	1.590	73.800		700
хлеб ржаной	40.0	45.0	2.600	0 ,300	16, 90	81, 60	2 ,24	0 ,68	20.600	89.200		700
всего	520	675	24.390	10, 70	69, 260	488, 28	33.03	15, 43	106, 2	858.92		0
ПОЛДНИК												
Ватрушка с творогом	50	80	5.240	5.450	14, 220	76, 36	8.380	2.540	26.400	145.000		72
Чай с сахаром	150.0	170	9	2.3	8, 50	34, 17	10.8	0.017	11.7	44.35		34 17
всего	200	250	1.3	0.615	22, 72	110, 53	19.18	2.557	38.1	189.35		200
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1055	1360	25.05	25, 23	144, 24	958 46	65.05	37.26	220.25	1557.27		0