

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

Неделя 1

29.08.2025г.

День 5

| Наименование блюд                       | Выход блюд (г) |            | от 1,5 года до 3-х лет<br>Химический состав |              |               |                              | от 3-х до 7-ми лет<br>Химический состав |              |                 |                              | Витамин<br>"С" | №реп.    |
|-----------------------------------------|----------------|------------|---------------------------------------------|--------------|---------------|------------------------------|-----------------------------------------|--------------|-----------------|------------------------------|----------------|----------|
|                                         | 1-3-х          | 3-7-х      | Белки<br>(г)                                | Жиры<br>(г)  | Углеводы (г)  | Энерг.<br>Ценность<br>(ккал) | Белки<br>(г)                            | Жиры<br>(г)  | Углеводы<br>(г) | Энерг.<br>Ценность<br>(ккал) |                |          |
| <b>ЗАВТРАК</b>                          |                |            |                                             |              |               |                              |                                         |              |                 |                              |                |          |
| Каша манная молочная<br>жидкая с маслом | 150.0          | 200.0      | 5.600                                       | 6.900        | 24.400        | 183.000                      | 7.38                                    | 9.1          | 32.1            | 241.2                        |                | 189      |
| Кисель плодово - ягодный                | 150.0          | 200.0      | 0.000                                       | 0.000        | 21.200        | 84.600                       | 0.100                                   | 0.100        | 27.900          | 113.000                      |                | 411      |
| Бутерброд с маслом                      | 30\5           | 30\5       | 1.830                                       | 5.640        | 10.960        | 102.000                      | 2.440                                   | 7.500        | 14.620          | 136.000                      |                | 1        |
|                                         |                |            |                                             |              |               |                              |                                         |              |                 |                              |                |          |
| <b>всего</b>                            |                |            | <b>7.43</b>                                 | <b>12.54</b> | <b>56.56</b>  | <b>369.6</b>                 | <b>9.92</b>                             | <b>16.7</b>  | <b>74.62</b>    | <b>490.2</b>                 |                | <b>0</b> |
| <b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>                   |                |            |                                             |              |               |                              |                                         |              |                 |                              |                |          |
|                                         |                |            |                                             |              |               |                              |                                         |              |                 |                              |                |          |
| <b>ОБЕД</b>                             |                |            |                                             |              |               |                              |                                         |              |                 |                              |                |          |
| Салат витаминный                        | 40.0           | 50.0       | 0.380                                       | 2.300        | 1.170         | 26.900                       | 0.960                                   | 5.040        | 3.940           | 65.110                       |                | 11       |
| Рассольник м\б                          | 150.0          | 200.0      | 2.500                                       | 0.750        | 9.100         | 71.000                       | 4.220                                   | 2.370        | 15.300          | 118.420                      |                | 32       |
| Жаркое по - домашнему                   | 150.0          | 220.0      | 19.500                                      | 5.000        | 17.400        | 192.900                      | 28.100                                  | 7.220        | 25.000          | 277.350                      |                | 276      |
| компот из сухофруктов<br>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           | 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      |
| <b>всего</b>                            | <b>560</b>     | <b>730</b> | <b>27.36</b>                                | <b>8.78</b>  | <b>70.09</b>  | <b>521.4</b>                 | <b>39.22</b>                            | <b>15.52</b> | <b>96.07</b>    | <b>738.78</b>                |                | <b>0</b> |
| <b>ПОЛДНИК</b>                          |                |            |                                             |              |               |                              |                                         |              |                 |                              |                |          |
| Булочка с повидлом                      | 50             | 80         | 2.500                                       | 1.060        | 29.800        | 139.100                      | 5.200                                   | 2.000        | 60.300          | 279.700                      |                | 451      |
| Какао с молоком                         | 150.0          | 170        | 4.35                                        | 3.75         | 6.3           | 76                           | 5.8                                     | 5            | 8.4             | 101.3                        |                | 401в     |
|                                         |                |            |                                             |              |               |                              |                                         |              |                 |                              |                |          |
| <b>всего</b>                            | <b>200</b>     | <b>250</b> | <b>6.85</b>                                 | <b>4.810</b> | <b>36.1</b>   | <b>215.1</b>                 | <b>11</b>                               | <b>7</b>     | <b>68.7</b>     | <b>381</b>                   |                | <b>0</b> |
|                                         |                |            |                                             |              |               |                              |                                         |              |                 |                              |                |          |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>                    | <b>760</b>     | <b>980</b> | <b>41.64</b>                                | <b>26.13</b> | <b>162.75</b> | <b>1106.1</b>                | <b>60.14</b>                            | <b>39.22</b> | <b>239.39</b>   | <b>1609.98</b>               |                | <b>0</b> |