

Утверждаю:
 Директор филиала МОУ «СОШ с. Студенки
 Белинского района Пензенской области имени А.И. Бородина»
 детский сад села Студенки
 _____ /Левина В.В./

Меню на 10 октября 2024 г.

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		Витамин С	
				Белки		Жиры		Углеводы					
				дети		дети		дети		дети		дети	
		с 1,5 до 3 лет	с 3 до 7 лет	с 1,5 до 3 лет	с 3 до 7 лет	с 1,5 до 3 лет	с 3 до 7 лет	с 1,5 до 3 лет	с 3 до 7 лет	с 1,5 до 3 лет	с 3 до 7 лет	с 1,5 до 3 лет	с 3 до 7 лет
	Завтрак												
4-21 а	Суп вермишелевый молочный с маслом	180	200	5,436	6,644	5,04	6,16	16,416	20,064	132,84	162,36	0,828	1,012
3-5 а	Кофейный напиток с молоком	180	200	4,122	4,58	4,54	5,04	19,35	21,5	130,81	145,34	6,624	7,36
	Бутерброд с маслом, сыром	40/10/4	50/10/6	11,796	12,93	2,028	2,778	30,924	42,15	160,624	182,183	0	0
	Обед												
5-3 а	Салат витаминный	45	60	0,513	0,684	3,217	4,29	3,537	4,716	45,405	60,54	8,55	11,4
1-12 а	Щи из свежей капусты	180	220	1,22	1,50	3,47	4,25	4,81	5,87	55,44	67,76	14,42	17,62
2-19 а	Плов с курицей	150	180	19,57	38,7	14,82	41,2	33,9	45,46	395,5	661,8	0,4	2,7
118	Кисель с витамином С	200	200	0	0	0	0	26	26	106	106	1,8	1,8
ГП	Хлеб пшеничный, ржаной	20 30	40 50	1,23 2,4	1,842 3,0	0,43 0,4	0,642 0,5	8,372 17,732	12,560 22,165	42,89 75,6	64,33 94,5		0 0
	Полдник												
8-5 а	Пирожки с яблоком	70	80	4,55	5,2	7,48	8,54	26,194	29,936	202,636	231,584	0,59	0,67
3-10 а	Чай с сахаром	150	180	0,045	0,054	0,015	0,018	6,99	8,39	28,005	33,606	0,015	0,018
	Итого за день	1259	1476	51,05	75,34	40,25	71,88	195,88	240,60	1370,11	1570,78	25,75	35