

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

Меню на 8 октября 2024 г.

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		Витамин С	
				Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая ценность (ккал)		Витамин С	
		дети		дети		дети		дети		дети		дети	
		с 1,5 до 3лет	с 3 до 7 лет	1,5 до 3лет	с 3 до 7 лет	1,5 до 3лет	с 3 до 7 лет	1,5 до 3лет	с 3 до 7 лет	1,5 до 3лет	с 3 до 7 лет	1,5 до 3лет	с 3 до 7 лет
	<b>Завтрак</b>												
69	Каша геркулесовая молочная со сл. маслом	<b>180</b>	<b>250</b>	6,0	8,325	9,9	13,75	20,38	28,3	194,80	270,55	0,81	1,125
120	Какао с молоком	<b>180</b>	<b>200</b>	5,58	6,2	5,76	6,4	20,121	22,36	152,84	184,93	0,972	1,08
3	Бутерброд с маслом, сыром	<b>40/10/4</b>	<b>50/10/6</b>	11,796	12,93	2,028	2,778	30,924	42,15	160,68	182,183	0	0
	<b>Обед</b>												
5-14 а	Салат из свежих огурцов с луком	<b>45</b>	<b>60</b>	0,373	0,498	2,025	2,7	1,35	1,8	24,75	33	1,723	2,298
1-10 а	Суп с лапшой на костном/б	<b>200</b>	<b>250</b>	3,50	4,35	0,54	0,675	14,52	18,15	85,64	107,05	3,0	3,7
2-36 а	Голубцы ленивые	<b>150</b>	<b>180</b>	10,61	15	6,82	11,25	15,04	20,048	164,004	218,672	15,024	20,032
3-3 а	Компот из сухофруктов с витамином С	<b>150</b>	<b>200</b>	0,33	0,44	0,015	0,02	20,82	27,76	84,75	113	0,3	0,04
147 3-10а	Хлеб пшеничный, ржаной	<b>20/ 30</b>	<b>30/50</b>	1,23 2,4	1,842 3,0	0,430/ 0,4	0,642/ 0,5	8,372/ 17,732	12,560 22,165	42,89/ 75,6	64,33 /94,5	0	0
	<b>Полдник</b>												
7	Оладья	<b>70</b>	<b>80</b>	4,23	8,46	6,77	13,54	22,85	45,70	168,924	337,85	0,204	0,408
392	Чай с сахаром	<b>150</b>	<b>180</b>	0,045	0,054	0,015	0,018	6,99	8,39	28,005	33,606	0,015	0,018
	Итого за день			<b>46,111</b>	<b>61,122</b>	<b>35,88</b>	<b>53,84</b>	<b>178,93</b>	<b>249,15</b>	<b>1192/92</b>	<b>1653,045</b>	<b>24,58</b>	<b>32,07</b>

