

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

Меню на 18 октября 2024 г.

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		Витамин С	
				Белки		Жиры		Углеводы					
		дети		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												
4-6 а	Каша пшеничная молочная со сл. маслом	150	200	5,07	8,58	7,815	7,5	19,395	43,04	168,705	283,4	0,675	0,3
130	Кофейный напиток с молоком	180	200	4,122	4,58	4,536	5,04	19,35	21,5	130,806	145,34	6,624	7,36
1	Бутерброд с маслом	40/10	50/10	2,448	3,06	7,552	9,44	14,62	18,275	136	170	0	0
	Обед												
5-10 а	Салат из свежих огурцов и помидоров с репчатым луком	45	60	0,441	0,590	3,208	4,280	1,71	2,28	42,435	56,58	6,39	8,52
1-11 а	Суп картофельный с рыбными консервами	200	250	8,14	10,17	2,08	2,6	13,32	16,65	120,68	150,85	6,42	8,025
2-31 а	Шницель куриный с овощным рагу	70 150	80 180	9,32 3,75	11,64 4,5	7,07 5,085	13,14 6,102	9,64 14,445	14,55 17,334	223 126,315	239 151,58	0,67 8,43	0,77 10,12
3-4 а	Компот из сухофруктов с витамином С	150	200	0,33	0,44	0,015	0,02	20,82	27,76	84,75	113	0,3	0,04
147	Хлеб пшеничный, ржаной	20	30	1,23	1,842	0,43	0,642	8,372	12,560	42,89	64,33	0	0
3 -10 а		40	50	2,4	3,0	0,4	0,5	17,732	22,165	75,6	94,5	0	0
	Полдник												
ГП	Печенье	30	35	2,5	3	2,9	3,9	20,5	29,8	135,7	166,8	0	0
6.3	Молоко	180	200	6,0	6,1	5,0	5,44	9,9	10,1	102,006	113,34	2,47	2,74
	Итого за день	1195	1545	48,07	57,5	52,06	58,14	174,75	236,01	1388,89	1732,72	31,98	37,77

