

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

Меню на 21 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												
6	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом	150	180	8,55	10,26	7,23	8,68	41,175	49,41	270,51	324,612	0	0
130	Кофейный напиток с молоком	180	200	4,122	4,58	4,54	5,04	19,35	21,5	130,806	145,34	6,624	7,36
3	Бутерброд с маслом, сыром	40/10/4	50/10/6	11,796	12,93	2,028	2,778	30,924	42,15	160,684	182,183	0	0
	Обед												
5	Салат из свежей капусты и яблок	45	60	0,67	1,002	2,07	3,102	3,8	5,7	36	54	7,52	11,28
45	Суп с клёцками со сметаной	200	250	5,1	6,38	1,72	2,15	16,9	21,13	114,24	142,8	4,24	5,3
312	Кнели куриные с рисом	70	80	11,07	22,704	8,09	18,86	5,97	7,064	141,5	289,340	0,04	0,6
22	Кисель с витамином С	200	200	0	0	0	0	26	26	106	106	1,8	1,8
148	Хлеб ржаной	40	50	2,4	3,0	0,4	0,5	17,732	22,165	75,6	94,5	0	0
	Полдник												
150	Яйцо варёное	40	40	5,2	5,2	4,8	4,8	4	4	63	63	0	0
392	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
147	Хлеб пшеничный	20	30	1,23	1,842	0,430	0,642	8,372	12,560	42,89	64,33	0	0
	Итого за день	1149	1336	61,82	67	42,10	46,60	175,91	213,67	1291,08	1473,71	48,44	54

