

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 22 января 2025 г.

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		Витамин С	
				Белки		Жиры		Углеводы					
		дети		дети		дети		дети		дети		дети	
	Завтрак	с 1,5 до 3 лет	с 3 до 7 лет	с 1,5 до 3лет	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
4-2 а	Омлет натуральный	60	80	5,30	7,056	10,19	13,584	1,014	1,352	117,23	156,304	0,09	0,12
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
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												
5-11 а	Салат из помидоров	45	60	0,45	0,60	0	0	1,80	2,40	10,35	13,80	9,19	12,25
1-4 а	Суп гороховый на костном/б	180	220	3,70	4,51	3,852	4,708	11,61	14,19	95,94	117,26	4,194	5,126
2-33 а	Биточки рыбные с картофельным пюре	60/100	80/180	8,25 2,70	11 3,67	2,69 4,22	3,58 5,76	6,68 18	8,904 25,53	84 120,80	112 164,70	2,120 16	2,824 21,80
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	40	1,23	1,842	0,430	0,642	8,372	12,560	42,89	64,33	0	0
3-10 а		30	50	2,4	3,0	0,4	0,5	17,732	22,165	75,6	94,5	0	0
	Полдник												
ГП	Пряник	30	35	1,52	1,77	1,21	1,41	19,29	22,5	94,11	109,8	0	0
ГП	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			46,184	52,97	30,05	38,44	153,13	198,01	1016,366	1274,82	34,38	44,92