

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

Меню на 21 марта 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 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
4-10 а	Суп рисовый молочный с маслом	180	220	4,338	5,302	4,77	5,83	12,98	15,862	112,14	137,06	0,4	1,078
120	Какао с молоком	180	200	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	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	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
1-1 а	Борщ вегетарианский со сметаной	180	220	1,96	2,40	4,28	5,24	9,85	12,03	85,86	104,94	12,80	15,64
2-28 а	Тефтеля куриная в сметанном соусе с вермишелью отварной	70 100	80 180	10,930 3,9	12,496 7,02	9,45 4,1	10,8 7,38	4,263 20,84	4,872 37,512	147,861 148,06	168,984 248,85	0,84 0	0,96 0
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 3-10 а	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												
4	Яблоко	100	100	0,2	0,2	0	0	10,1	10,1	42	42	11,08	11,08
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	1279	1626	44,63	54,73	33,80	43,37	175,22	234,05	1159,52	1578,34	33,81	41,22

