

Утверждаю

заведующий

ГБОУ СОШ 358, Кузнецовская д.13

ГБОУ СОШ 358, Кузнецовская д.13

ГБОУ СОШ 358, Кузнецовская д.13

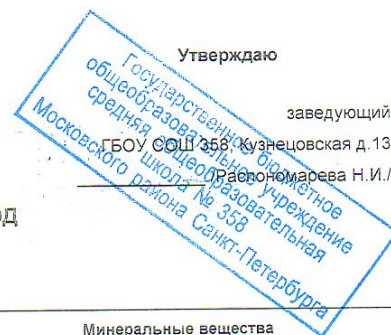
ГБОУ СОШ 358, Кузнецовская д.13

ГБОУ СОШ 358, Кузнецовская д.13

МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

на 23 сентября 2024 г.

Ясли 12 часов



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины							Минеральные вещества						
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг
Завтрак																			
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	0,00	1,80	0,00	0,10	0,00	0,00	5,20	3,30	11,50	0,30	30,60	0,00	0,00	0,00
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,45	6,64	27,21	189,93	0,10	0,00	0,02	0,89	0,08	0,02	11,80	22,98	64,07	0,84	64,35	1,35	0,01	0,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,69	2,18	11,05	74,17	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,58	4,35	7,95	0,16	11,82	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:		9,54	10,92	54,06	332,10	0,11	1,80	0,02	0,99	0,08	0,02	23,58	30,63	83,52	1,30	106,77	1,35	0,01	0,00
II Завтрак																			
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед																			
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,10	0,10	18,10	75,00	0,00	1,20	0,00	0,20	0,00	0,00	9,40	3,40	3,00	0,60	84,00	0,60	0,00	0,00
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	38	0,30	0,00	1,00	5,60	0,00	1,60	0,00	0,00	0,00	0,00	8,30	5,00	15,10	0,40	56,40	1,20	0,00	0,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	2,70	3,40	15,00	125,10	0,10	2,80	0,20	2,40	0,00	0,00	25,90	22,00	56,90	1,40	298,60	2,70	0,00	0,00
ФРИКАДЕЛКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	65	11,01	5,61	5,07	114,51	0,02	0,00	0,03	0,24	0,25	0,03	7,49	2,26	21,68	0,29	23,58	2,01	0,01	0,00
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	128	2,91	5,44	13,08	113,31	0,08	8,33	0,58	0,52	0,09	0,07	31,85	23,00	49,53	0,92	296,52	3,79	0,03	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	2,40	2,60	11,80	0,50	20,40	0,80	0,00	0,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,55	1,73	8,78	0,15	13,80	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:		19,12	15,17	66,33	503,82	0,20	13,93	0,81	3,66	0,34	0,10	87,89	59,99	166,79	4,26	793,30	11,10	0,04	0,00
Полдник																			
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	66	12,21	12,21	8,63	193,74	0,02	0,00	0,01	0,07	0,05	0,01	8,10	6,27	23,90	0,51	27,84	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	139	2,70	4,79	18,20	126,94	0,11	8,48	0,55	0,38	0,08	0,09	23,91	29,83	66,27	1,16	618,56	6,30	0,04	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	2,40	2,60	11,80	0,50	20,40	0,80	0,00	0,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,55	1,73	8,78	0,15	13,80	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,20	94,50	80,40	148,30	14,80	496,60	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:		17,01	17,62	48,13	418,98	0,13	9,28	0,56	0,75	0,13	0,30	131,46	120,83	259,05	17,12	1 177,20	7,10	0,04	0,00
Всего за день:		45,67	43,71	168,52	1 254,90	0,44	26,01	1,39	5,40	0,65	0,42	242,93	211,45	509,36	22,68	2 077,27	19,55	0,09	0,00