

Школа МОУ «Сетская ОШ им. И.В. Филимонова» дошкольная разновозрастная группа

Утверждаю
 Директор МОУ «Сетская ОШ им. И.В. Филимонова»
 Ядревский Ю.А.

21.03.2025

День	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Номер рецептуры или технологической карты	
			Белки	Жиры	Углеводы			
10 день	Завтрак							
	Каша рисовая вязкая	г	180	5,2	5,6	30,8	195,2	217
	Чай с лимоном	г	180	0,126	--	10,484	42,04	459(44)
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400	111
	Масло сливочное	г	7	0,1	5,8	0,08	52,88	79
	Итого завтрак:		387	6,926	11,98	51,644	342,52	
	Завтрак 2							
	Банан	г	143	1,800	0,600	22,800	96,000	82
	Обед							
	Огурец свежий	г	60	0,4	0,06	1,14	6,6	148
	Щи из свежей капусты на к/б	г	200	1,3	3,89	5,39	61,8	106
	Рыба тушеная в томате с овощами	г	85	10,4	6,17	15	157,25	299
	Картофель отварной	г	150	3,100	5,300	19,800	180,000	426
	Сок мультифруктовый	г	200	0,20	0,00	24,00	100,000	501
	Хлеб ржано-пшеничный	г	30	1,980	0,360	10,200	54,300	110
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400	111
	Итого обед:		795	23,680	16,400	72,890	706,660	
	Полдник							
	Компот из кураги	г	200	0,600	0,000	9,700	40,000	494
	Пряник	г	30	1,770	1,410	22,500	109,800	581
	Итого за полдник:		230	2,370	1,410	32,200	149,800	