

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ ООШ №5 г.о. Октябрьск

Н.В. Кирюхина

03 мая 2024 год

СП "Детский сад № 6" ГБОУ ООШ № 5 г.о. Октябрьск
Сад

День 03.05.2024

| Прием пищи | Раздел | №рец. | Блюдо | Выход | Цена | калорийно | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|-------|----------------------------|-------|--------|-----------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 84 | Каша гречневая молочная | 200 | 10,94 | 201 | 6,21 | 7,73 | 27,71 |
| | гор.напиток | 253 | Кофейный напиток | 200 | 6,95 | 58 | 1,5 | 1,5 | 12,5 |
| Обед | бутерброд | 1 | Бутерброд с повидлом | 40/10 | 5,83 | 92 | 2,32 | 0,24 | 20,08 |
| | гор.блюдо | 36 | Суп горховый на м/к | 180 | 13,27 | 180 | 8,8 | 6,85 | 22 |
| | второе блю | 60 | Рис отварной | 150 | 7,94 | 226,2 | 4,05 | 6,59 | 30,5 |
| | салаты | 322 | Салат из свеклы | 60 | 7,71 | 65 | 0,83 | 4,54 | 4,55 |
| | второе блю | 144 | Рыба, тушеная с овощами | 70 | 23,06 | 84 | 9,01 | 4,04 | 40,36 |
| Полдник | хлеб | 1 | Хлеб ржаной | 50 | 3,19 | 96 | 2,34 | 0,54 | 19,93 |
| | напитки | 193 | Компот из яблок | 180 | 5,57 | 60 | 0,16 | 0,16 | 15,89 |
| | выпечка | 294 | Пирожок с капустой | 90 | 17,26 | 216 | 5,15 | 5,76 | 32,54 |
| | напитки | 263 | Кисель | 200 | 3,65 | 116,19 | 1,36 | 0 | 29,02 |
| Ужин | гор.блюдо | 204 | Макароны с сыром | 150 | 8,83 | 259 | 7,88 | 8,83 | 35,88 |
| | хлеб | 1 | Хлеб пшеничный | 60 | 4,38 | 43 | 0 | 0 | 11,98 |
| | напитки | 384 | Чай сладкий с лимоном | 180 | 2,98 | 44,35 | 10,8 | 2,75 | 11,7 |
| ИТОГО | | | | | 121,56 | 1740,74 | 60,41 | 40,7 | 302,66 |