



Директор ГБОУ ООШ №5 г.о. Октябрьск
Н.В. Кирюхина

25 декабря 2024 год

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

День 25.12.2024

| Прием пищи | Раздел | Порец | Блюдо | Выход | Цена | Каллорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------|-------------|-------|------------------------|-------|---------------|---------------|--------------|--------------|----------------|
| Завтрак | гор.блюдо | 91 | Каша пшениная молочн | 200 | 12,11 | 192 | 6,44 | 7,53 | 25,38 |
| | гор.напиток | 248 | Кофейный нкапиток | 200 | 8,09 | 60 | 1,5 | 1,6 | 12,1 |
| | бутерброд | 1 | Батон | 40/8 | 4,66 | 101 | 2,3 | 3,54 | 14,61 |
| Обед | гастрономия | 7 | Сыр | 20 | 9,9 | 72 | 4,64 | 5,9 | 0 |
| | гор.блюдо | 101 | Суп харчо на к/б | 200 | 16,73 | 143,8 | 4,16 | 5,8 | 19,69 |
| | гарнир | 186 | Гречка отварная | 150 | 6,85 | 263 | 4,5 | 6,4 | 21,9 |
| | второе блюд | 152 | Гуляш мясной | 70 | 50,74 | 255 | 6 | 7,5 | 7,369 |
| | салаты | 10 | Салат из зеленого горс | 180 | 9,7 | 60 | 0,16 | 1,16 | 15,89 |
| | напитки | 532 | Напиток из шиповника | 180 | 2,2 | 92 | 1 | 0,2 | 20,2 |
| | хлеб | 1 | Хлеб ржаной | 50 | 3,71 | 96 | 2,34 | 0,54 | 19,93 |
| Полдник | гастрономия | 604 | Печенье | 30 | 3,6 | 208,5 | 3,75 | 4,9 | 37,02 |
| | напиток | 255 | Молоко | 180 | 9,86 | 92,34 | 4,96 | 4,28 | 8,21 |
| Ужин | второе блюд | 110 | Омлет | 150 | 30,43 | 157 | 8,97 | 8,5 | 7,5 |
| | салаты | 22 | Винегрет | 60 | 10,07 | 137,27 | 2,4 | 7,77 | 12,6 |
| | напитки | 263 | Кисель | 200 | 3,19 | 116,19 | 1,36 | 0 | 29,02 |
| | хлеб | 1 | Хлеб пшеничный | 60 | 4,93 | 43 | 0 | 0 | 11,98 |
| | фрукты | 144 | Яблоко | 190 | 19 | 47 | 0,4 | 0,4 | 9,8 |
| ИТОГО | | | | | 205,77 | 2089,1 | 54,48 | 65,62 | 263,399 |