



УТВЕРЖДАЮ

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

28 декабря 2024 год

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

День 28.12.2024

Прием пищи	Раздел	№рец.	Блюдо	Выход	Цена	Каллорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Завтрак</b>	гор.блюдо	173	Каша рисовая	150	13,1	177	3,09	4,07	32,09
	гор.напиток	248	Какао на молоке	150	6,74	50	1,25	1,33	10,08
	бутерброд	2	Бутерброд с повидлом	30,8	4,81	61	1,54	0,16	13,16
<b>Обед</b>	гор.блюдо	56	Щи с т/г со сметаной	150	27,48	94,49	2,95	4,8	6,87
	второе блюдо	37	Гороховое пюре	120	5,86	105	8,78	1,46	24,25
	второе блюдо	144	Котлеты	60	29,43	73,5	7,88	3,54	35,35
	Салат	70	Огурец соленый (порционо)	40	5,65	35,1	0,54	2,12	3,47
	гор.напиток	256	Напиток из шиповника	150	2,19	75	0,18	0,08	13,75
	хлеб	1	Хлеб ржаной	40	3,52	64,2	1,56	0,36	13,29
<b>Полдник</b>	выпечка	483	Печенье	15	3,6	153	6,54	3,03	24,79
	напитки	532	Сок	180	10,76	92	1	0,2	20,2
<b>Ужин</b>	первое блюдо	44	Суп-лапша молочная	150	10,7	116,25	4,39	4,36	14,99
	гор.напиток	384	Кисель	150	3,09	47,66	1,02	0	21,76
	салаты	38	Салат из моркови с яблоком	40	5,4	16,16	0,43	0,07	3,44
	хлеб	1	Батон	30	3,58	68,7	2,13	0,33	13,92
<b>ИТОГО</b>					<b>135,91</b>	<b>1181,4</b>	<b>43,28</b>	<b>23,79</b>	<b>251,41</b>