Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение

«Центр образование Бестужевский» (дошкольное структурное подразделение

06 марта 2025 года

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **выход**  | **брутто**  | **нетто**  | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **к\кал** |
| **ЗАВТРАК** **1 Крокеты из манной крупы со сгущённым молоком** | 140/20 |  |  |  |  |  |  |
| сахар |  | 5 | 5 |  - | --- | 14,35 | 58,4 |
| молоко |  | 100 | 100 | 0,58 | --- | 1,97 | 10,56 |
| сыр |  | 10 | 10 | 0,76 | 0,95 | 1,22 | 16,74 |
| манка |  | 30 | 30 | 0,58 | --- | 1,97 | 10,57 |
| Масло растительное |  | 5 | 5 | --- | 1,56 | --- | 26,1 |
| Молоко сгущённое |  | 20 | 20 | 1,0 | 0,2 | 8,5 | 40,8 |
| **2 чай с молоком** | 180 |  |  |  |  |  |  |
| чай |  | 1 | --- | --- | --- | --- | --- |
| сахар  |  | 15 | --- | --- | --- | 14,35 | 58,5 |
| молоко |  | 120 |  |  |  |  |  |
| **3. Булка с маслом сливочным,**  | 20/5 |  |  |  |  |  |  |
| булка  |  | 20 | --- | 2,1 | 0,21 | 14,9 | 72,0 |
| масло сливочное |  | 5 | --- | 0,028 | 5,49 | 0,028 | 51,38 |
| **ВТОРОЙ ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |
| **апельсин** | 50 | 50 | 50 | 0,6 | - | 6,9 | 30,75 |
| **ОБЕД** 1. **Суп - лапша на курином бульоне**
 | 180 |  |  |  |  |  |  |
| куры |  | 20 |  18 | 7,88 | 5,66 | --- | 84,96 |
| вермишель |  | 20 | --- | 1,82 | 0,16 | 14,8 | 67,7 |
| масло сливочное |  | 5 | --- | 0,012 | 1,56 | 0,012 | 22,02 |
| лук |  | 5 | 3,8 | 0,19 | - | 0,65 | 3,44 |
| морковь |  | 10 | 8,6 | 0,08 | - | 0,49 | 2,32 |
| соль |  | 5 | 5 |  |  |  |  |
| 1. **Плов с мясом кур**
 | 180 |  |  |  |  |  |  |
| куры |  | 80 | 62 | 0,54 | 0,58 | 0,01 | 7,56 |
| лук |  | 10 | 8,8 | 0,67 | 0,56 | 0,72 | 9,92 |
| масло сливочное |  | 5 | --- | 0,012 | 1,56 | 0,012 | 22,02 |
| томат  |  | 5 | --- | 0,02 | --- | 0,17 | 0,7 |
| рис  |  | 30 | --- | 1,89 | 0,27 | 19,33 | 97,8 |
| морковь |  | 10 | 8,6 | 0,45 | 0,04 | 3,53 | 16,6 |
| **3 Салат из белокочанной капусты на р\м** | 50 |  |  |  |  |  |  |
| капуста |  | 50 | 48,3 | 0,3 | --- | 3,11 | 13,88 |
| морковь |  | 10 | 8,8 |  |  |  |  |
| лук |  | 5 | 3,8 |  |  |  |  |
| Масло растит |  | 5 | 5 | 0,45 | 0,04 | 3,53 | 16,6 |
| **3.Хлеб ржаной** | 25 | 25 | ---- | 2,0 | 0,4 | 10,63 | 81,6 |
| **4.Компот из сухофруктов** | 180 |  |  |  |  |  |  |
| сухофрукты |  | 15 | 17 | 0,06 | --- | 0,92 | 4,0 |
| сахар  |  | 15 | --- | --- | --- | 14,35 | 58,5 |
| **ПОЛДНИК****Кисель** | 180 |  |  |  |  |  |  |
| сахар |  | 10 | 10 |  |  |  |  |
| кисель |  | 20 | 20 |  |  |  |  |
| **пряник** | 30 | 30 | --- | --- | --- | 5,73 | 23,4 |
| **ИТОГО** |  |  |  | **44** | **46** | **186** | **1420** |

.

