

заведующий (Коробкова Н.Н.)



УТВЕРЖДАЮ
22.04.2024

Меню на 22.04.2024

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Печенье	0	20	0	1,48	0	1,88	0	14,62	0	81,4	
Масло сливочное	0	6	0	0,05	0	4,32	0	0,08	0	39,66	
Чай с сахаром	0	170	0	10,2	0	2,6	0	11,05	0	41,89	132
Икра кабачковая	50	50	0,95	0,95	4,45	4,45	3,85	3,85	59,5	59,5	4
Масло сливочное	4	0	0,03	0	2,88	0	0,06	0	26,44	0	
Печенье	20	0	1,48	0	1,88	0	14,62	0	81,4	0	
Чай с сахаром	150	0	9	0	2,29	0	9,75	0	36,96	0	132
яйцо куриное диетическое	40	40	12,8	12,8	11,6	11,6	0,7	0,7	158,7	158,7	1
Итого за завтрак 1	264	286	24,26	25,48	23,11	24,85	28,98	30,3	363	381,15	
Завтрак 2											
Сок фруктовый	200	0	1	0	0,2	0	20,2	0	91,98	0	130
Яблоко	80	100	0,33	0,41	0,33	0,41	8,07	10,09	36,26	45,32	140
витаминизированный напиток	0	150	0	0	0	0	0	141	0	570	1
Итого за завтрак 2	280	250	1,33	0,41	0,53	0,41	28,27	151,09	128,24	615,32	
Обед											
Каша гречневая рассыпчатая	0	100	0	3,6	0	3,6	0	2,2	0	98,7	65
хлеб ржаной	0	40	0	3,16	0	0,4	0	19,32	0	94	1
Компот из сухофруктов	0	200	0	51,4	0	0	0	12,24	0	53,6	122
Соль	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	
Каша гречневая рассыпчатая	80	0	2,88	0	2,88	0	1,76	0	78,96	0	65
Компот из сухофруктов	150	0	38,55	0	0	0	9,18	0	40,2	0	122
Соль	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Суп вермишелевый на курином бульоне	180	200	8,1	9	5,94	6,6	5,58	6,2	107,46	119,4	
Тефтели из свинины в соусе	80	100	5,76	7,2	10,56	13,2	5,68	7,1	141,6	177	105
помидоры соленые	40	70	0,44	0,77	0,04	0,07	0,24	0,42	5,2	9,1	1
хлеб ржаной	20	0	1,58	0	0,2	0	9,66	0	47	0	1
Итого за обед	553	715	57,31	75,13	19,62	23,87	32,1	47,48	420,42	551,8	
Полдник											
Кефир	150	140	4,35	4,06	3,75	3,5	6	5,6	75	70	439
булка	20	40	0,63	1,26	0,08	0,16	3,85	7,7	18,8	37,6	1
Итого за полдник	170	180	4,98	5,32	3,83	3,66	9,85	13,3	93,8	107,6	
Ужин 1											
Каша рисовая молочная	150	200	1,17	1,56	3,87	5,16	16,4	21,86	105	140	1
Кофейный напиток	150	200	3,43	4,58	3,78	5,04	16,13	21,5	109	145,34	126
булка	20	40	0,63	1,26	0,08	0,16	3,85	7,7	18,8	37,6	1
Итого за ужин 1	320	440	5,24	7,4	7,73	10,36	36,37	51,06	232,8	322,94	
Итого день	1587	1871	93,12	113,75	54,81	63,15	135,56	293,23	1238,3	1978,8	

Исполнитель: ст. м/с Ежеченко О.А.

цена 131,15