

УТВЕРЖДАЮ
 заведующий *Коробкова Н.Н.* (Коробкова Н.Н.)

24.04.2024

Меню на 24.04.2024

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											
сметана	0	25	0	0,63	0	5	0	0,85	0	50,7	115
Вареники ленивые отварные	100	100	13,1	13,1	10,4	10,4	18,3	18,3	222	222	262
Какао на молоке	150	200	4,2	5,6	4,79	6,38	18,96	25,28	132,17	176,22	
Масло сливочное	4	5	0,03	0,04	2,88	3,6	0,06	0,07	26,44	33,05	
булка	20	35	0,63	1,11	0,08	0,14	3,85	6,73	18,8	32,9	1
сметана	15	0	0,38	0	3	0	0,51	0	30,42	0	115
Итого за завтрак 1	289	365	18,34	20,47	21,14	25,52	41,67	51,23	429,83	514,87	
Завтрак 2											
Сок фруктовый	100	200	0,5	1	0,1	0,2	10,1	20,2	45,99	91,98	130
Итого за завтрак 2	100	200	0,5	1	0,1	0,2	10,1	20,2	45,99	91,98	
Обед											
хлеб ржаной	0	50	0	3,95	0	0,5	0	24,15	0	117,5	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	
Компот из сухофруктов	150	0	38,55	0	0	0	9,18	0	40,2	0	122
Пюре картофельное	100	110	2,17	2,39	3,12	3,43	5,36	5,9	82,6	90,86	56
Рыба, тушенная в томате с овощами	90	100	8,52	9,47	4,47	4,97	3,97	4,41	90,04	100,04	88
Салат из квашенной капусты	60	50	0,92	0,77	2,99	2,49	5,74	4,78	53,36	44,47	
Соль	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Суп рыбный	180	200	11,47	12,74	0,54	0,6	8,3	9,22	94,9	105,44	41
хлеб ржаной	20	0	1,58	0	0,2	0	9,66	0	47	0	1
Итого за обед	603	715	63,21	80,72	11,33	12	42,21	60,7	408,1	511,91	
Полдник											
Булочка домашняя	90	100	8,72	9,69	10,35	11,5	43,04	47,82	302,22	335,8	2
Кефир	130	140	3,77	4,06	3,25	3,5	5,2	5,6	65	70	439
Итого за полдник	220	240	12,49	13,75	13,6	15	48,24	53,42	367,22	405,8	
Ужин 1											
булка	0	45	0	1,42	0	0,18	0	8,66	0	42,3	1
Чай с сахаром	0	200	0	12	0	3,06	0	13	0	49,28	132
Каша пшеничная молочная жидкая	180	200	9,54	10,6	9,36	10,4	34,56	38,4	252,54	280,6	1
Чай с сахаром	150	0	9	0	2,29	0	9,75	0	36,96	0	132
булка	20	0	0,63	0	0,08	0	3,85	0	18,8	0	1
Итого за ужин 1	350	445	19,17	24,02	11,73	13,64	48,16	60,06	308,3	372,18	
Итого день	1562	1965	113,72	139,96	57,91	66,36	190,38	245,61	1559,4	1896,7	

Исполнитель: ст.м/с Ежеченко О.А.

цена 128.63