

УТВЕРЖДАЮ
 заведующий (Коробкова Н.Н.)
 25.04.2024

Меню на 25.04.2024

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											
Каша рисовая молочная	150	200	1,17	1,56	3,87	5,16	16,4	21,86	105	140	1
Масло сливочное	3	5	0,02	0,04	2,16	3,6	0,04	0,07	19,83	33,05	
Чай с сахаром	150	200	9	12	2,29	3,06	9,75	13	36,96	49,28	132
булка	40	40	1,26	1,26	0,16	0,16	7,7	7,7	37,6	37,6	1
Итого за завтрак 1	343	445	11,46	14,86	8,48	11,98	33,88	42,63	199,39	259,93	
Завтрак 2											
Сок фруктовый	50	100	0,25	0,5	0,05	0,1	5,05	10,1	23	45,99	130
Итого за завтрак 2	50	100	0,25	0,5	0,05	0,1	5,05	10,1	23	45,99	
Обед											
Каша пшенная	0	100	0	4,7	0	1,1	0	26,1	0	135	1
хлеб ржаной	0	30	0	2,37	0	0,3	0	14,49	0	70,5	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	
Каша пшенная	90	0	4,23	0	0,99	0	23,49	0	121,5	0	1
Компот из сухофруктов	150	0	38,55	0	0	0	9,18	0	40,2	0	122
Огурец соленый	30	100	0,26	0,86	0	0	0,51	1,71	3,94	13,14	
Соль	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Суфле из отварного мяса запеченное	90	100	16,35	18,17	17,29	19,21	5,11	5,68	242,26	269,18	104
Щи со сметаной на мясном бульоне	150	200	1,26	1,68	1,01	1,34	5,54	7,38	36,99	49,32	30
хлеб ржаной	20	0	1,58	0	0,2	0	9,66	0	47	0	1
Итого за обед	533	735	62,23	79,18	19,48	21,95	53,49	67,6	491,89	590,74	
Полдник											
Вафли	30	40	0,78	1,04	0,99	1,32	23,1	30,8	106,2	141,6	
Кефир	150	200	4,35	5,8	3,75	5	6	8	75	100	439
Итого за полдник	180	240	5,13	6,84	4,74	6,32	29,1	38,8	181,2	241,6	
Ужин 1											
хлеб ржаной	0	20	0	1,58	0	0,2	0	9,66	0	47	1
Капуста тушеная	0	100	0	2,12	0	4,48	0	4,65	0	79,8	48
Кофейный напиток	150	200	3,43	4,58	3,78	5,04	16,13	21,5	109	145,34	126
Пюре картофельное	95	110	2,06	2,39	2,96	3,43	5,09	5,9	78,47	90,86	56
Рыба, тушеная в томате с овощами	80	100	7,58	9,47	3,98	4,97	3,53	4,41	80,03	100,04	88
булка	20	40	0,63	1,26	0,08	0,16	3,85	7,7	18,8	37,6	1
хлеб ржаной	20	0	1,58	0	0,2	0	9,66	0	47	0	1
Итого за ужин 1	365	570	15,28	21,4	11	18,28	38,25	53,81	333,31	500,64	
Итого день	1471	2090	94,35	122,79	43,76	58,63	159,78	212,94	1228,8	1638,9	

Исполнитель ст. м/с Ежеченко О.А.

цена 131,20