

УТВЕРЖДАЮ  
 заведующий (Коробкова Н.Н.)

26.04.2024

Меню на 26.04.2024

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
<b>Завтрак 1</b>											
Запеканка творожная сметана	0	100	0	13,66	0	9,04	0	9,92	0	181,33	79
Запеканка творожная Какао на молоке	90	0	12,29	0	8,14	0	8,93	0	163,2	0	79
Масло сливочное	3	4	0,02	0,04	2,16	3,6	0,04	0,07	19,83	33,05	
булка сметана	18	36	0,63	1,26	0,08	0,16	3,85	7,7	18,8	37,6	1
<b>Итого за завтрак 1</b>	<b>278</b>	<b>360</b>	<b>17,52</b>	<b>20,94</b>	<b>18,16</b>	<b>22,18</b>	<b>32,29</b>	<b>43,48</b>	<b>364,41</b>	<b>458,62</b>	
<b>Завтрак 2</b>											
Сок фруктовый	200	0	1	0	0,2	0	20,2	0	91,98	0	130
витаминизированный напиток	0	200	0	0	0	0	0	141	0	570	1
<b>Итого за завтрак 2</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>20,2</b>	<b>141</b>	<b>91,98</b>	<b>570</b>	
<b>Обед</b>											
Тефтели из говядины в томатном соусе	120	120	15,62	15,62	6,2	6,2	2,2	2,2	129	129	105
хлеб ржаной	18	45	1,58	3,95	0,2	0,5	9,66	24,15	47	117,5	1
Компот из сухофруктов	150	200	38,55	51,4	0	0	9,18	12,24	40,2	53,6	122
Рагу овощное	100	110	2,5	2,75	3,39	3,73	9,63	10,59	84,21	92,63	57
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0	
суп пшеничный с хлопьями на м/б	180	200	16,92	18,8	4,5	5	22,32	24,8	197,46	219,4	1
хлеб ржаной	20	0	1,58	0	0,2	0	9,66	0	47	0	1
<b>Итого за обед</b>	<b>553</b>	<b>665</b>	<b>75,17</b>	<b>92,52</b>	<b>14,29</b>	<b>15,43</b>	<b>52,99</b>	<b>73,98</b>	<b>497,87</b>	<b>612,13</b>	
<b>Полдник</b>											
Кефир	130	140	4,35	4,64	3,75	4	6	6,4	75	80	439
булка	18	36	0,63	1,26	0,08	0,16	3,85	7,7	18,8	37,6	1
<b>Итого за полдник</b>	<b>148</b>	<b>176</b>	<b>4,98</b>	<b>5,9</b>	<b>3,83</b>	<b>4,16</b>	<b>9,85</b>	<b>14,1</b>	<b>93,8</b>	<b>117,6</b>	
<b>Ужин 1</b>											
каша геркулесовая молочная	120	140	15,54	18,65	25,54	29,45	53,85	64,62	493,2	592,52	1
булка	0	20	0	0,63	0	0,08	0	3,85	0	18,8	1
Кофейный напиток	150	150	3,43	3,43	3,78	3,78	16,13	16,13	109	109	126
булка	30	0	0,95	0	0,12	0	5,77	0	28,2	0	1
каша геркулесовая молочная	150	0	15,54	0	24,54	0	53,85	0	493,77	0	1
<b>Итого за ужин 1</b>	<b>330</b>	<b>350</b>	<b>19,92</b>	<b>22,71</b>	<b>28,44</b>	<b>33,31</b>	<b>75,75</b>	<b>84,59</b>	<b>630,97</b>	<b>720,33</b>	
<b>Итого день</b>	<b>1531</b>	<b>1725</b>	<b>118,6</b>	<b>142,08</b>	<b>64,92</b>	<b>75,08</b>	<b>191,07</b>	<b>357,15</b>	<b>1679</b>	<b>2478,7</b>	

Исполнитель: ст.м/с Ежеченко О.А

цена 127,95