

заведующий (подпись) Коробкова Н.Н.)



**Меню на 20.08.2024**

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>											
Вермишель молочная	150	150	4,2	4,2	4,05	4,05	11,54	11,54	96,9	96,9	
Кофейный напиток	150	200	3,43	4,58	3,78	5,04	16,13	21,5	109	145,34	126
Масло сливочное	5	6	0,04	0,05	3,6	4,32	0,07	0,08	33,05	39,66	
булка	30	40	0,95	1,26	0,12	0,16	5,77	7,7	28,2	37,6	1
<b>Итого за завтрак 1</b>	<b>335</b>	<b>396</b>	<b>8,62</b>	<b>10,09</b>	<b>11,55</b>	<b>13,57</b>	<b>33,52</b>	<b>40,83</b>	<b>267,15</b>	<b>319,5</b>	
<b>Завтрак 2</b>											
Пряник	20	30	0,96	1,44	0,56	0,84	15,54	23,31	67,16	100,74	
Сок фруктовый	120	200	0,6	1	0,12	0,2	12,12	20,2	55,19	91,98	130
<b>Итого за завтрак 2</b>	<b>140</b>	<b>230</b>	<b>1,56</b>	<b>2,44</b>	<b>0,68</b>	<b>1,04</b>	<b>27,66</b>	<b>43,51</b>	<b>122,35</b>	<b>192,72</b>	
<b>Обед</b>											
Котлета мясная	0	90	0	9,09	0	17,28	0	2,97	0	204,3	99
хлеб ржаной	20	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,49	47	70,5	1
Компот из сухофруктов	150	200	38,55	51,4	0	0	9,18	12,24	40,2	53,6	122
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0	
Борщ на мясном бульоне со сметаной	180	200	2,77	3,08	1,57	1,74	4,88	5,42	58,48	64,98	28
Каша пшенная	90	100	4,23	4,7	0,99	1,1	23,49	26,1	121,5	135	1
Котлета мясная	80	0	8,08	0	15,36	0	2,64	0	181,6	0	99
Салат из огурцов свежих	60	100	0,42	0,7	9,12	15,2	1,02	1,7	73,2	122	36
<b>Итого за обед</b>	<b>583</b>	<b>725</b>	<b>55,63</b>	<b>71,34</b>	<b>27,24</b>	<b>35,62</b>	<b>50,87</b>	<b>62,92</b>	<b>521,98</b>	<b>650,38</b>	
<b>Полдник</b>											
Кефир	150	200	4,35	5,8	3,75	5	6	8	75	100	439
булка	20	45	0,63	1,42	0,08	0,18	3,85	8,66	18,8	42,3	1
<b>Итого за полдник</b>	<b>170</b>	<b>245</b>	<b>4,98</b>	<b>7,22</b>	<b>3,83</b>	<b>5,18</b>	<b>9,85</b>	<b>16,66</b>	<b>93,8</b>	<b>142,3</b>	
<b>Ужин 1</b>											
Пюре картофельное	0	110	0	2,39	0	3,43	0	5,9	0	90,86	56
тефтели рыбные тушеные в соусе	0	90	0	9,45	0	2,25	0	36,45	0	263,88	1
хлеб ржаной	0	20	0	1,58	0	0,2	0	9,66	0	47	1
булка	20	20	0,63	0,63	0,08	0,08	3,85	3,85	18,8	18,8	1
Пюре картофельное	100	0	2,17	0	3,12	0	5,36	0	82,6	0	56
Салат из капусты белокачанной с растительным маслом	80	100	1,54	1,92	8,06	10,08	6,31	7,89	104,18	130,22	10
Чай с сахаром	150	170	9	10,2	2,29	2,6	9,75	11,05	36,96	41,89	132
тефтели рыбные тушеные в соусе	80	0	8,4	0	2	0	32,4	0	234,56	0	1
хлеб ржаной	20	0	1,58	0	0,2	0	9,66	0	47	0	1
<b>Итого за ужин 1</b>	<b>450</b>	<b>510</b>	<b>23,32</b>	<b>26,17</b>	<b>15,76</b>	<b>18,64</b>	<b>67,33</b>	<b>74,79</b>	<b>524,1</b>	<b>592,65</b>	
<b>Итого день</b>	<b>1678</b>	<b>2106</b>	<b>94,12</b>	<b>117,26</b>	<b>59,06</b>	<b>74,05</b>	<b>189,22</b>	<b>238,71</b>	<b>1529,4</b>	<b>1897,6</b>	

Исполнитель: ст.м/с Ежеченко О.А.

цена 132,15