

заведующий



(Коробкова Н.Н.)

Меню на 22.08.2024

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн.ц, ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Какао на молоке	150	200	4,2	5,6	4,79	6,38	18,96	25,28	132,17	176,22	
Каша рисовая молочная	150	200	1,17	1,56	3,87	5,16	16,4	21,86	105	140	1
Масло сливочное	5	5	0,04	0,04	3,6	3,6	0,07	0,07	33,05	33,05	
булка	20	40	0,63	1,26	0,08	0,16	3,85	7,7	18,8	37,6	1
Итого за завтрак 1	325	445	6,04	8,46	12,33	15,3	39,27	54,91	289,02	386,87	
Завтрак 2											
Сок фруктовый	130	150	0,65	0,75	0,13	0,15	13,13	15,15	59,79	68,99	130
Итого за завтрак 2	130	150	0,65	0,75	0,13	0,15	13,13	15,15	59,79	68,99	
Обед											
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	
Компот из сухофруктов	150	0	38,55	0	0	0	9,18	0	40,2	0	122
Котлета куриная	90	100	38,55	42,83	4,65	5,17	5,4	6	228,14	253,49	555
Салат из огурцов свежих	60	80	0,42	0,56	9,12	12,16	1,02	1,36	73,2	97,6	36
Соль	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Суп манный с гречками на курином бульоне	180	200	1,62	1,6	2,7	3	9,72	10,8	72	80	122
каша пшеничная	95	100	0	0	0	0	0	0	0	0	1
хлеб ржаной	20	0	1,58	0	0,2	0	9,66	0	47	0	1
Итого за обед	598	715	80,72	98,96	16,67	20,63	34,98	44,89	460,54	555,19	
Полдник											
Кефир	150	200	4,35	5,8	3,75	5	6	8	75	100	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	240	4,98	7,06	3,83	5,16	9,85	15,7	93,8	137,6	
Ужин 1											
Икра свекольная	0	110	0	1,57	0	3,51	0	9,82	0	92,74	
хлеб ржаной	0	20	0	1,58	0	0,2	0	9,66	0	47	1
Икра свекольная	50	0	0,71	0	1,59	0	4,46	0	42,16	0	
Кофейный напиток	150	200	3,43	4,58	3,78	5,04	16,13	21,5	109	145,34	126
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	320	470	13,94	18,46	9,63	13,88	37,62	53,08	296,99	422,72	
Итого день	1543	2020	106,33	133,7	42,6	55,12	134,85	183,73	1200,1	1571,4	

Исполнитель: ст.м/с Ежеченко О.А.

цена 132,15