

заведующий (Коробкова Н.Н.)



Меню на 23.08.2024

| 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 | | | | | | | | | | | |
| Запеканка творожная сметана | 0 | 90 | 0 | 12,29 | 0 | 8,14 | 0 | 8,93 | 0 | 163,2 | 79 |
| Запеканка творожная | 0 | 15 | 0 | 0,38 | 0 | 3 | 0 | 0,51 | 0 | 30,42 | 115 |
| Масло сливочное | 90 | 0 | 12,29 | 0 | 8,14 | 0 | 8,93 | 0 | 163,2 | 0 | 79 |
| Чай с сахаром | 3 | 5 | 0,02 | 0,04 | 2,16 | 3,6 | 0,04 | 0,07 | 19,83 | 33,05 | |
| булка | 150 | 200 | 9 | 12 | 2,29 | 3,06 | 9,75 | 13 | 36,96 | 49,28 | 132 |
| сметана | 20 | 40 | 0,63 | 1,26 | 0,08 | 0,16 | 3,85 | 7,7 | 18,8 | 37,6 | 1 |
| Итого за завтрак 1 | 15 | 0 | 0,38 | 0 | 3 | 0 | 0,51 | 0 | 30,42 | 0 | 115 |
| | 278 | 350 | 22,32 | 25,97 | 15,67 | 17,96 | 23,08 | 30,2 | 269,21 | 313,55 | |
| 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 | 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 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 0 | 38,55 | 0 | 0 | 0 | 9,18 | 0 | 40,2 | 0 | 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 | |
| Суфле из отварной курицы | 90 | 100 | 17,01 | 18,9 | 15,21 | 16,9 | 3,6 | 4 | 205,74 | 228,6 | 110 |
| суп вермишелевый на бульоне | 180 | 200 | 7,43 | 8,26 | 9 | 10 | 8,46 | 9,4 | 140,94 | 156,6 | 1 |
| хлеб ржаной | 20 | 0 | 1,58 | 0 | 0,2 | 0 | 9,66 | 0 | 47 | 0 | 1 |
| Итого за обед | 543 | 665 | 67,07 | 85,26 | 27,8 | 31,13 | 40,53 | 60,38 | 518,09 | 648,93 | |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| Пряник | 20 | 50 | 0,96 | 2,4 | 0,56 | 1,4 | 15,54 | 38,85 | 67,16 | 167,9 | |
| Чай с сахаром | 150 | 200 | 9 | 12 | 2,29 | 3,06 | 9,75 | 13 | 36,96 | 49,28 | 132 |
| Итого за полдник | 170 | 250 | 9,96 | 14,4 | 2,85 | 4,46 | 25,29 | 51,85 | 104,12 | 217,18 | |
| Ужин 1 | | | | | | | | | | | |
| каша геркулесовая молочная | 0 | 200 | 0 | 20,72 | 0 | 32,72 | 0 | 71,8 | 0 | 658,36 | 1 |
| булка | 0 | 20 | 0 | 0,63 | 0 | 0,08 | 0 | 3,85 | 0 | 18,8 | 1 |
| Кофейный напиток | 150 | 200 | 3,43 | 4,58 | 3,78 | 5,04 | 16,13 | 21,5 | 109 | 145,34 | 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 |
| Итого за ужин 1 | 330 | 420 | 19,92 | 25,93 | 28,44 | 37,84 | 75,75 | 97,15 | 630,97 | 822,5 | |
| Итого день | 1451 | 1835 | 119,93 | 152,32 | 74,9 | 91,54 | 177,78 | 254,74 | 1582,2 | 2071,1 | |

Исполнитель: ст.м/с Ежеченко О.А.

цена 126,15