

УТВЕРЖДАЮ
 заведующий *Коробкова* (Коробкова Н.Н.)
 29.08.2024

Меню на 29.08.2024

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											
Каша манная молочная	0	200	0	7,58	0	9,18	0	38,52	0	214,78	
кофейный напиток с молоком	0	200	0	3,12	0	2,66	0	14,18	0	93,34	1
Каша манная молочная	150	0	5,68	0	6,89	0	28,89	0	161,08	0	
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
кофейный напиток с молоком	150	0	2,34	0	2	0	10,64	0	70	0	1
Итого за завтрак 1	325	445	8,7	12	12,56	15,6	43,44	60,47	282,94	378,77	
Завтрак 2											
Сок фруктовый	150	180	0,75	0,9	0,15	0,18	15,15	18,18	68,99	82,78	130
Итого за завтрак 2	150	180	0,75	0,9	0,15	0,18	15,15	18,18	68,99	82,78	
Обед											
вермишель с маслом	90	100	3,51	3,9	3,69	4,1	18,76	20,84	124,4	138,25	1
хлеб ржаной	0	40	0	3,16	0	0,4	0	19,32	0	94	1
Компот из сухофруктов	0	200	0	51,4	0	0	0	12,24	0	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
Компот из сухофруктов	150	0	38,55	0	0	0	9,18	0	40,2	0	122
Салат из огурцов свежих	70	100	0,49	0,7	10,64	15,2	1,19	1,7	85,4	122	36
суфле из отварного мяса запеченное	95	100	17,77	18,7	19,1	20,1	56,91	59,9	287,85	303	1
хлеб ржаной	20	0	1,58	0	0,2	0	9,66	0	47	0	1
Итого за обед	608	745	64,67	80,94	35,19	41,54	100,57	119,42	643,36	775,83	
Полдник											
Кефир	150	150	4,35	4,35	3,75	3,75	6	6	75	75	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	190	4,98	5,61	3,83	3,91	9,85	13,7	93,8	112,6	
Ужин 1											
Котлеты рыбные любительские	0	95	0	11,21	0	5,79	0	2,57	0	107,16	86
хлеб ржаной	20	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,49	47	70,5	1
булка	20	40	0,63	1,26	0,08	0,16	3,85	7,7	18,8	37,6	1
Чай с сахаром	0	170	0	10,2	0	2,6	0	11,05	0	41,89	132
Капуста тушеная	90	100	1,91	2,12	4,03	4,48	4,19	4,65	71,82	79,8	48
Котлеты рыбные любительские	90	0	10,62	0	5,49	0	2,43	0	101,52	0	86
Чай с сахаром	150	0	9	0	2,29	0	9,75	0	36,96	0	132
Итого за ужин 1	370	435	23,74	27,16	12,1	13,34	29,87	40,45	276,1	336,95	
Итого день	1623	1995	102,84	126,62	63,83	74,57	198,88	252,21	1365,2	1686,9	

Исполнитель: ст.м/с Ежеченко О.А.

цена 132.14