

УТВЕРЖДАЮ
 заведующий *Коробкова Н.Н.*

30.08.2024

Меню на 30.08.2024

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											
Вареники ленивые отварные	0	90	0	11,79	0	9,36	0	16,47	0	199,8	262
сметана	0	15	0	0,38	0	3	0	0,51	0	30,42	115
Какао на молоке	0	170	0	4,76	0	5,42	0	21,49	0	149,79	
Вареники ленивые отварные	90	0	11,79	0	9,36	0	16,47	0	199,8	0	262
Какао на молоке	150	0	4,2	0	4,79	0	18,96	0	132,17	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
сметана	10	0	0,25	0	2	0	0,34	0	20,28	0	115
Итого за завтрак 1	275	320	16,91	18,23	19,82	21,54	39,69	46,23	404,1	450,66	
Завтрак 2											
Сок фруктовый	150	0	0,75	0	0,15	0	15,15	0	68,99	0	130
витаминизированный напиток	0	150	0	0	0	0	0	141	0	570	1
Итого за завтрак 2	150	150	0,75	0	0,15	0	15,15	141	68,99	570	
Обед											
хлеб ржаной	20	50	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
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0	
Каша гречневая рассыпчатая	90	100	3,24	3,6	3,24	3,6	1,98	2,2	88,83	98,7	65
Салат из капусты и свежих огурцов	80	100	0	0	0	0	0	0	0	0	1
суп пшеничный	180	200	1,8	2	2,52	2,8	8,28	9,2	63,18	70,2	1
суфле из печени	90	100	14,92	16,58	6,75	7,5	10,74	11,93	178,35	198,17	1
Итого за обед	613	755	60,09	77,53	12,71	14,4	39,84	59,72	417,56	538,17	
Полдник											
Чай с сахаром	150	200	9	12	2,29	3,06	9,75	13	36,96	49,28	132
булка	30	40	0,95	1,26	0,12	0,16	5,77	7,7	28,2	37,6	1
Итого за полдник	180	240	9,95	13,26	2,41	3,22	15,52	20,7	65,16	86,88	
Ужин 1											
Каша рисовая молочная	0	200	0	1,56	0	5,16	0	21,86	0	140	1
булка	0	35	0	1,11	0	0,14	0	6,73	0	32,9	1
Чай с сахаром	0	200	0	12	0	3,06	0	13	0	49,28	132
Каша рисовая молочная	150	0	1,17	0	3,87	0	16,4	0	105	0	1
Чай с сахаром	150	0	9	0	2,29	0	9,75	0	36,96	0	132
булка	20	0	0,63	0	0,08	0	3,85	0	18,8	0	1
Итого за ужин 1	320	435	10,8	14,67	6,24	8,36	29,99	41,59	160,76	222,18	
Итого день	1538	1900	98,5	123,69	41,34	47,52	140,19	309,24	1116,6	1867,9	

Исполнитель: ст.м/с Ежеченко О.А.

цена 126,10