



Меню на 07.11.2024

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 молочная пшеничная	202	202	7,74	7,74	5,72	5,72	11,62	11,62	183,32	183,32	40
Какао с молоком	153	202	4,19	5,53	3,64	4,81	8,89	11,74	99,86	131,85	78
Бутерброд с маслом	30	42	1,87	2,62	4,32	6,05	13,31	18,64	100,6	140,84	58
Итого за завтрак 1	385	446	13,8	15,89	13,68	16,57	33,82	41,99	383,78	456	
Завтрак 2											
Яблоко	100	100	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	11,41	52	52	70
Сок фруктовый	0	105	0	0	0	0	0	10,5	0	47,25	74
Сок для детского питания	100	0	0,3	0	0	0	4,26	0	46	0	75
Итого за завтрак 2	200	205	0,56	0,26	0,17	0,17	15,67	21,91	98	99,25	
Обед											
Суп полевой на мясном бульоне	200	200	14,3	14,3	4,4	4,4	17,5	17,5	176,48	176,48	10
Голубцы ленивые с мясом	155	152	11,27	11,05	9,61	9,42	15,7	15,4	297,26	291,51	16
Свежие огурцы	24	40	0,48	0,8	0	0	1,2	2	5,04	8,4	95
Компот из сухофруктов	150	200	0,15	0,2	0	0	6,66	8,88	42,33	56,44	72
Хлеб ржаной	34	43	2,24	2,84	0,37	0,47	13,94	17,63	68	86	50
Соль	3	4	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	566	639	28,44	29,19	14,38	14,3	55	61,41	589,11	618,83	
Полдник											
Кефир	150	150	4,5	4,5	3,75	3,75	6	6	79,5	79,5	85
Пирожок с повидлом	102	102	6,04	6,04	9,66	9,66	48,01	48,01	303,94	303,94	61
Итого за полдник	252	252	10,54	10,54	13,41	13,41	54,01	54,01	383,44	383,44	
Ужин 1											
Рыба, тушеная в томате с овощами	0	100	0	9,47	0	4,97	0	4,41	0	100,04	28
Тфтели из рыбы	81	0	9,43	0	3,61	0	12,16	0	130,97	0	30
Пюре картофельное	120	150	4,07	5,09	3,98	4,98	13,9	17,37	101,23	126,54	56
Чай с сахаром	150	200	0	0	0	0	5,99	7,98	24	32	80
Булка	25	25	1,88	1,88	0,75	0,75	13,25	13,25	67,5	67,5	51
Итого за ужин 1	376	475	15,37	16,44	8,34	10,7	45,29	43,01	323,7	326,08	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1779	2017	68,72	72,31	49,98	55,15	203,79	222,33	1778	1883,6	

Исполнитель Ст. медсестра Полухина И.В. (Полухина И.В.)