

Меню на 01.11.2024

Заведующий \_\_\_\_\_ (Калимыкова О.П.)



Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
<b>Завтрак 1</b>											
Каша молочная пшеничная	202	200	7,74	7,66	5,72	5,66	11,62	11,5	183,32	181,5	40
Кофейный напиток с молоком	152	202	4,56	6,06	3,89	5,17	13,04	17,33	104,94	139,46	81
Бутерброд с маслом	31	42	1,93	2,62	4,46	6,05	13,76	18,64	103,95	140,84	58
<b>Итого за завтрак 1</b>	<b>385</b>	<b>444</b>	<b>14,23</b>	<b>16,34</b>	<b>14,07</b>	<b>16,88</b>	<b>38,41</b>	<b>47,47</b>	<b>392,21</b>	<b>461,8</b>	
<b>Завтрак 2</b>											
Яблоко	100	100	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	11,41	52	52	70
Сок фруктовый	0	89	0	0	0	0	0	8,9	0	40,05	74
Сок для детского питания	100	0	0,3	0	0	0	4,26	0	46	0	75
<b>Итого за завтрак 2</b>	<b>200</b>	<b>189</b>	<b>0,56</b>	<b>0,26</b>	<b>0,17</b>	<b>0,17</b>	<b>15,67</b>	<b>20,31</b>	<b>98</b>	<b>92,05</b>	
<b>Обед</b>											
Суп с гречками на кур. б.	0	206	0	2,41	0	0,39	0	8,65	0	249,26	12
Суп "Кудрявый" на кур. б.	200	0	2,74	0	4,28	0	3,9	0	149,45	0	1
Курица отварная	46	47	12,56	12,83	3,08	3,15	0	0	81,42	83,19	23
Пюре картофельное	128	162	4,34	5,5	4,25	5,38	14,82	18,76	107,98	136,66	56
Салат из капусты белокочанной	50	52	0,7	0,73	5,03	5,23	2,84	2,95	59,26	61,63	45
Компот из сухофруктов	150	200	0,15	0,2	0	0	6,66	8,88	42,33	56,44	72
Хлеб ржаной	36	43	2,38	2,84	0,4	0,47	14,76	17,63	72	86	50
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0	
Гренки из булки	0	20	0	1,5	0	0,5	0	10,4	0	52	65
<b>Итого за обед</b>	<b>613</b>	<b>735</b>	<b>22,87</b>	<b>26</b>	<b>17,03</b>	<b>15,12</b>	<b>42,98</b>	<b>67,28</b>	<b>512,44</b>	<b>725,18</b>	
<b>Полдник</b>											
Кефир	143	143	4,29	4,29	3,58	3,58	5,72	5,72	75,79	75,79	85
Печенье	20	40	1,4	2,8	2	4	14,6	29,2	82	164	66
<b>Итого за полдник</b>	<b>163</b>	<b>183</b>	<b>5,69</b>	<b>7,09</b>	<b>5,57</b>	<b>7,57</b>	<b>20,32</b>	<b>34,92</b>	<b>157,79</b>	<b>239,79</b>	
<b>Ужин 1</b>											
Вареники ленивые отварные	119	115	15,59	15,07	12,38	11,96	21,78	21,04	264,17	255,29	87
Соус сметанный сладкий	43	41	1,46	1,39	3,68	3,51	5,66	5,4	62,42	59,52	109
Чай с сахаром	150	200	0	0	0	0	5,99	7,98	24	32	80
Булка	25	35	1,88	2,63	0,75	1,05	13,25	18,55	67,5	94,5	51
<b>Итого за ужин 1</b>	<b>337</b>	<b>391</b>	<b>18,92</b>	<b>19,08</b>	<b>16,81</b>	<b>16,52</b>	<b>46,68</b>	<b>52,97</b>	<b>418,09</b>	<b>441,31</b>	
<b>Рекомендованный ужин 2</b>											
<b>Итого за рекомендованный ужин 2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
<b>Итого день</b>	<b>1698</b>	<b>1942</b>	<b>62,27</b>	<b>68,78</b>	<b>53,66</b>	<b>56,27</b>	<b>164,06</b>	<b>222,95</b>	<b>1578,5</b>	<b>1960,1</b>	

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