

Меню на 09.10.2024

Заведующий \_\_\_\_\_ (Калмыкова 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>											
Запеканка творожная	134	133	22,67	22,5	13,44	13,34	11,07	10,98	267,6	265,6	89
Соус сметанный сладкий	44	43	1,49	1,46	3,77	3,68	5,79	5,66	63,87	62,42	109
Кофейный напиток с молоком	147	194	4,41	5,82	3,76	4,97	12,61	16,65	101,49	133,94	81
Бутерброд с маслом и сыром	40	49	3,86	4,72	6,86	8,4	14,28	17,49	134,65	164,94	55
<b>Итого за завтрак 1</b>	<b>365</b>	<b>419</b>	<b>32,43</b>	<b>34,5</b>	<b>27,83</b>	<b>30,39</b>	<b>43,75</b>	<b>50,78</b>	<b>567,61</b>	<b>626,9</b>	
<b>Завтрак 2</b>											
Яблоко	101	102	0,26	0,27	0,17	0,17	11,52	11,64	52,52	53,04	70
Сок фруктовый	0	109	0	0	0	0	0	10,9	0	49,05	74
Сок для детского питания	86	0	0,26	0	0	0	3,66	0	39,56	0	75
<b>Итого за завтрак 2</b>	<b>187</b>	<b>211</b>	<b>0,52</b>	<b>0,27</b>	<b>0,17</b>	<b>0,17</b>	<b>15,19</b>	<b>22,54</b>	<b>92,08</b>	<b>102,09</b>	
<b>Обед</b>											
Суп свекольный на мясном бульоне	202	202	12,28	12,28	8,38	8,38	27,03	27,03	233,61	233,61	11
Котлета мясная паровая	64	64	8,65	8,65	16,27	16,27	9,35	9,35	222,34	222,34	31
Пюре картофельное	119	150	4,04	5,09	3,95	4,98	13,78	17,37	100,39	126,54	56
Салат из помидоров и огурцов с репчатым луком и растительным маслом	50	50	0,49	0,49	3,57	3,57	1,9	1,9	47,15	47,15	102
Компот из сухофруктов	150	200	0,15	0,2	0	0	6,66	8,88	42,33	56,44	72
Хлеб ржаной	33	42	2,18	2,77	0,36	0,46	13,53	17,22	66	84	50
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за обед</b>	<b>621</b>	<b>713</b>	<b>27,79</b>	<b>29,48</b>	<b>32,54</b>	<b>33,66</b>	<b>72,25</b>	<b>81,75</b>	<b>711,82</b>	<b>770,08</b>	
<b>Полдник</b>											
Кефир	152	152	4,56	4,56	3,8	3,8	6,08	6,08	80,56	80,56	85
Булка	25	25	1,88	1,88	0,75	0,75	13,25	13,25	67,5	67,5	51
<b>Итого за полдник</b>	<b>177</b>	<b>177</b>	<b>6,44</b>	<b>6,44</b>	<b>4,55</b>	<b>4,55</b>	<b>19,33</b>	<b>19,33</b>	<b>148,06</b>	<b>148,06</b>	
<b>Ужин 1</b>											
Каша пшеничная молочная жидкая	196	196	6,62	6,62	10,21	10,21	25,34	25,34	220,44	220,44	48
Чай с сахаром	150	200	0	0	0	0	5,99	7,98	24	32	80
Булка	25	30	1,88	2,25	0,75	0,9	13,25	15,9	67,5	81	51
<b>Итого за ужин 1</b>	<b>371</b>	<b>426</b>	<b>8,5</b>	<b>8,87</b>	<b>10,96</b>	<b>11,11</b>	<b>44,58</b>	<b>49,22</b>	<b>311,94</b>	<b>333,44</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>1721</b>	<b>1946</b>	<b>75,67</b>	<b>79,56</b>	<b>76,05</b>	<b>79,89</b>	<b>195,1</b>	<b>223,62</b>	<b>1831,5</b>	<b>1980,6</b>	

Исполнитель: Ст. медсестра \_\_\_\_\_ (Полухина И. В.)