

Меню на 25.09.2024

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 пшеничная молочная жидкая	204	202	6,9	6,83	10,63	10,52	26,38	26,12	229,44	227,19	48
Кофейный напиток с молоком	153	202	4,59	6,06	3,92	5,17	13,13	17,33	105,63	139,46	81
Бутерброд с маслом и сыром	40	52	3,86	5,01	6,86	8,91	14,28	18,56	134,65	175,04	55
Итого за завтрак 1	397	456	15,34	17,9	21,4	24,61	53,78	62,01	469,72	541,69	
Завтрак 2											
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
Итого за завтрак 2	86	109	0,26	0	0	0	3,66	10,9	39,56	49,05	
Обед											
Суп свекольный со сметаной на мяс. бульоне	200	200	8,44	8,44	12	12	20,54	20,54	236,96	236,96	114
Котлета мясная паровая	72	74	9,73	10	18,3	18,8	10,53	10,82	250,14	257,09	31
Пюре картофельное	120	150	4,07	5,09	3,98	4,98	13,9	17,37	101,23	126,54	56
Салат из капусты белокочанной	51	51	0,71	0,71	5,13	5,13	2,9	2,9	60,45	60,45	45
Компот из сухофруктов	150	200	0,15	0,2	0	0	6,66	8,88	42,33	56,44	72
Хлеб ржаной	40	51	2,64	3,37	0,44	0,56	16,4	20,91	80	102	50
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	636	731	25,75	27,81	39,85	41,48	70,92	81,42	771,11	839,48	
Полдник											
Кефир	149	149	4,47	4,47	3,73	3,73	5,96	5,96	78,97	78,97	85
Булка	25	25	1,88	1,88	0,75	0,75	13,25	13,25	67,5	67,5	51
Итого за полдник	174	174	6,35	6,35	4,47	4,47	19,21	19,21	146,47	146,47	
Ужин 1											
Запеканка творожная	114	114	19,28	19,28	11,44	11,44	9,41	9,41	227,66	227,66	89
Соус сметанный сладкий	47	48	1,59	1,63	4,02	4,11	6,19	6,32	68,23	69,68	109
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
Яблоко	101	102	0,26	0,27	0,17	0,17	11,52	11,64	52,52	53,04	70
Итого за ужин 1	437	494	23,02	23,43	16,38	16,62	46,36	51,25	439,9	463,37	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1730	1964	70,71	75,48	82,11	87,18	193,94	224,79	1866,8	2040,1	

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