

Меню на 25.10.2024

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 из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба")	188	186	5,94	5,88	9,57	9,47	24,76	24,5	209,77	207,54	54
Кофейный напиток с молоком	141	186	4,23	5,58	3,61	4,76	12,1	15,96	97,35	128,41	81
Бутерброд с маслом	33	43	2,06	2,68	4,75	6,19	14,64	19,08	110,66	144,19	58
Итого за завтрак 1	362	415	12,23	14,14	17,93	20,42	51,5	59,54	417,78	480,15	
Завтрак 2											
Сок фруктовый	0	107	0	0	0	0	0	10,7	0	48,15	74
Сок для детского питания	100	0	0,3	0	0	0	4,26	0	46	0	75
Итого за завтрак 2	100	107	0,3	0	0	0	4,26	10,7	46	48,15	
Обед											
Борщ на курином бульоне	200	198	2,74	2,71	3,2	3,17	3,9	3,86	160,75	159,14	5
Котлета куриная	49	49	6,18	6,18	7,23	7,23	4,55	4,55	118,23	118,23	12
Каша гречневая (гарнир)	100	97	4,32	4,19	2,73	2,65	31,22	30,28	100,98	97,95	32
Салат из квашеной капусты с луком	41	40	0,02	0,02	2,16	2,11	0,13	0,13	31,15	30,39	94
Компот из сухофруктов	150	200	0,15	0,2	0	0	6,66	8,88	42,33	56,44	72
Хлеб ржаной	40	50	2,64	3,3	0,44	0,55	16,4	20,5	80	100	50
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	583	637	16,06	16,61	15,76	15,71	62,86	68,2	533,44	562,16	
Полдник											
Бифидум-кефир 2.5%	150	149	4,5	4,47	3,75	3,73	5,85	5,81	79,5	78,97	84
Печенье	20	40	1,4	2,8	2	4	14,6	29,2	82	164	66
Итого за полдник	170	189	5,9	7,27	5,75	7,73	20,45	35,01	161,5	242,97	
Ужин 1											
Вареники ленивые отварные	134	134	17,55	17,55	13,94	13,94	24,52	24,52	297,47	297,47	87
Соус сметанный сладкий	50	49	1,7	1,66	4,28	4,19	6,59	6,45	72,58	71,13	109
Чай с сахаром	150	200	0	0	0	0	5,99	7,98	24	32	80
Булка	27	27	2,03	2,03	0,81	0,81	14,31	14,31	72,9	72,9	51
Итого за ужин 1	361	410	21,27	21,24	19,03	18,94	51,4	53,27	466,95	473,5	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1576	1758	55,76	59,26	58,47	62,79	190,47	226,72	1625,7	1806,9	

Исполнитель: Ст. медсестра Полухина И.В.