

Меню на 05.12.2024

Заведующий О.П. Мыкова (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	
Завтрак 1											
Макаронные, запеченные с сыром	108	105	6,05	5,88	6,43	6,25	22,5	21,87	173,12	168,32	35
Какао с молоком	155	208	4,25	5,7	3,69	4,95	9,01	12,08	101,17	135,76	78
Бутерброд с маслом	30	42	1,87	2,62	4,32	6,05	13,31	18,64	100,6	140,84	58
Чай с сахаром-Д	0	202	0	0	0	0	0	8,06	0	32,32	80
Итого за завтрак 1	293	557	12,16	14,2	14,44	17,25	44,81	60,66	374,89	477,24	
Завтрак 2											
Яблоко	101	100	0,26	0,26	0,17	0,17	11,52	11,41	52,52	52	70
Напиток витаминизированный	0	100	0	0	0	0	0	8	0	40	115
Итого за завтрак 2	101	200	0,26	0,26	0,17	0,17	11,52	19,41	52,52	92	
Обед											
Суп полевой на мясном бульоне	198	198	14,16	14,16	4,36	4,36	17,33	17,33	174,72	174,72	10
Тфетели мясо-крупяные	137	137	17,32	17,32	13,01	13,01	8,87	8,87	231,12	231,12	22
Салат из капусты белокочанной	50	100	0,7	1,4	5,03	10,06	2,84	5,68	59,26	118,52	45
Компот из сухофруктов	150	200	0,15	0,2	0	0	6,66	8,88	42,33	56,44	72
Хлеб ржаной	39	49	2,57	3,23	0,43	0,54	15,99	20,09	78	98	50
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	577	689	34,9	36,31	22,82	27,96	51,68	60,84	585,42	678,79	
Полдник											
Кефир	155	155	4,65	4,65	3,88	3,88	6,2	6,2	82,15	82,15	85
Булка	25	25	1,88	1,88	0,75	0,75	13,25	13,25	67,5	67,5	51
Чай с сахаром-Д	0	202	0	0	0	0	0	8,06	0	32,32	80
Итого за полдник	180	382	6,53	6,53	4,63	4,63	19,45	27,51	149,65	181,97	
Ужин 1											
Сельдь	0	65	0	10,79	0	11,18	0	0	0	143,65	49
Котлеты рыбные паровые	128	0	32,45	0	1,14	0	8,28	0	161,15	0	
Пюре картофельное	122	152	4,14	5,15	4,05	5,05	14,13	17,6	102,92	128,23	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	425	442	38,46	17,82	5,94	16,98	41,64	38,83	355,57	371,38	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1576	2270	92,31	75,11	47,99	66,98	169,11	207,25	1518,1	1801,4	

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