

Директор (Рыбинцева Н. И.)
14.03.2024

Меню на 14.03.2024

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал		№ рецептуры
	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	
Завтрак 1											
Каша жидкая молочная манная	180	150	5,94	5,01	7,46	6,28	24,77	20,54	190,2	158,92	5427
Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,76	70,32	573
Масло сливочное (порциями)	7	6	0,04	0,04	5,78	4,95	0,06	0,05	52,37	44,89	79
Сыр полутвердых сортов	13	8	3,14	1,93	3,98	2,45	0	0	48,33	29,74	541
Кофейный напиток с молоком	200	180	4,4	4,02	4,03	3,69	12,62	11,45	104,6	95,25	5423
Итого за завтрак 1	440	374	16,56	13,28	21,6	17,61	57,13	46,8	489,3	399,12	
Завтрак 2											
Сок/нектар	100	100	0,5	0,5	0,1	0,1	10,1	10,1	46	46	501
Итого за завтрак 2	100	100	0,5	0,5	0,1	0,1	10,1	10,1	46	46	
Обед											
Икра кабачковая	50	30	0,95	0,57	4,45	2,67	3,85	2,31	59,5	35,7	
Суп картофельный с крупой (рисовой) на мясном бульоне	200	180	2,22	2,06	4,79	4,59	16,71	15,48	118,5	111,06	89114
Капуста тушеная с мясом	200	170	24,77	20,55	21	17,39	18	14,36	349	286,86	54
Компот из свежих плодов	200	150	0,09	0,07	0,09	0,07	11,94	10,5	48,77	42,76	486
Хлеб ржаной	45	36	2,97	2,38	0,54	0,43	15,03	12,02	76,86	61,49	574
Итого за обед	695	566	31	25,63	30,9	25,15	65,53	54,67	652,6	537,87	
Полдник											
Рыба, запеченная в омлете	150	150	27,34	27,34	9,67	9,67	6,04	6,04	221	221	300
Кондитерское изделие(печенье) 30	30	30	2,25	2,25	2,94	2,94	22,32	22,32	125,1	125,1	582
Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,76	70,32	573
Чай с лимоном и сахаром	200	180	0,27	0,24	0,06	0,05	7,35	6,63	30,99	27,95	543
Фрукты свежие (Яблоко)	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44,4	44,4	82
Итого за полдник	520	490	33,3	32,51	13,4	13,3	65,19	59,55	515,3	488,77	
Итого день	1755	1530	81,36	71,92	66	56,16	197,95	171,12	1703	1471,76	

Исполнитель: Кладовщик (Турзова В. В.)