

Директор (Р. В. Иванова Н. И.)



Меню на 03.04.2024

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры		Углеводы		Эн/ц, ккал		№ рецептуры
	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	
<b>Завтрак 1</b>											
Каша жидкая молочная пшеничная	180	150	6,72	5,68	8,04	6,77	26,98	22,53	207,5	174,02	5425
Чай с молоком и сахаром		180		3,12		3,12		11,07		85	544
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
Чай с молоком и сахаром	200		3,43		3,41		12,21		93,42		544
<b>Итого за завтрак 1</b>	<b>440</b>	<b>374</b>	<b>16,37</b>	<b>13,05</b>	<b>21,53</b>	<b>17,53</b>	<b>58,93</b>	<b>48,41</b>	<b>495,4</b>	<b>403,97</b>	
<b>Завтрак 2</b>											
Сок/нектар	100	100	0,5	0,5	0,1	0,1	10,1	10,1	46	46	501
<b>Итого за завтрак 2</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46</b>	<b>46</b>	
<b>Обед</b>											
Зеленый горошек консервированный	50	30	2,39	1,43	0,15	0,09	5,01	2,99	30,8	18,4	
Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной	208	187	3,65	3,38	4,18	3,93	19,48	18,06	129,6	120,6	89
Бефстроганов из отварной говядины	80	60	13,6	9,94	13,1	9,6	4,88	3,61	185,2	135,78	541
Макароны отварные	130	110	4,6	3,89	4,71	4,04	28,48	24,11	175,4	148,54	541
Компот из ягод замороженных	200	180	0,18	0,16	0,08	0,07	11,3	10,16	46,6	41,91	491
Хлеб ржаной	45	36	2,97	2,38	0,54	0,43	15,03	12,02	76,86	61,49	574
<b>Итого за обед</b>	<b>713</b>	<b>603</b>	<b>27,39</b>	<b>21,18</b>	<b>22,76</b>	<b>18,16</b>	<b>84,18</b>	<b>70,95</b>	<b>644,5</b>	<b>526,72</b>	
<b>Полдник</b>											
Каша жидкая молочная манная	180	150	6,01	4,95	7,54	6,22	24,65	20,64	190,7	158,5	5427
Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,76	70,32	573
Напиток яблочный	200	180	0,09	0,08	0,09	0,08	11,94	10,75	48,77	43,89	481
Фрукты свежие (Яблоко)	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44,4	44,4	82
<b>Итого за полдник</b>	<b>520</b>	<b>460</b>	<b>9,54</b>	<b>7,71</b>	<b>8,35</b>	<b>6,94</b>	<b>66,07</b>	<b>55,95</b>	<b>377,6</b>	<b>317,11</b>	
<b>Итого день</b>	<b>1773</b>	<b>1537</b>	<b>53,8</b>	<b>42,44</b>	<b>52,74</b>	<b>42,73</b>	<b>219,3</b>	<b>185,4</b>	<b>1564</b>	<b>1293,8</b>	

Исполнитель: Кладовщик  (Турзова В. В.)