

Меню на 05.04.2024



Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал		№ рецептуры
	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	
<b>Завтрак 1</b>											
Каша жидкая молочная кукурузная	180		7,31		8,22		32,04		231,58		541
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
Какао с молоком	200	180	4,4	4,02	4,03	3,69	12,72	11,55	105,02	95,65	5421
Каша жидкая молочная кукурузная		150		6,09		6,85		26,7		192,98	541
<b>Итого за завтрак 1</b>	<b>440</b>	<b>374</b>	<b>17,93</b>	<b>14,36</b>	<b>22,33</b>	<b>18,18</b>	<b>64,5</b>	<b>53,06</b>	<b>531,06</b>	<b>433,58</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>											
Салат из квашенной капусты с луком		30		0,6		2,25		3,08		35,25	9
Салат из квашенной капусты с луком	50		0,8		3		4,1		47		9
Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	200	180	4,76	4,43	2,54	2,48	33,12	30,79	173,75	162,65	547
Суфле из курицы	80	60	21,89	15,42	24,24	17,33	2,71	1,83	314,75	223,52	5422
Рагу из овощей	130	110	4,44	3,72	6,19	5,26	24,75	20,74	171,76	144,58	549
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>705</b>	<b>596</b>	<b>35,04</b>	<b>26,71</b>	<b>36,59</b>	<b>27,82</b>	<b>91,01</b>	<b>78,62</b>	<b>830,72</b>	<b>669,4</b>	
<b>Полдник</b>											
Запеканка из творога с морковью	150	130	17,32	14,94	12,46	10,72	27,13	23,43	290,25	250,24	542
Соус молочный сладкий	20	20	0,49	0,49	1,01	1,01	3,16	3,16	23,7	23,7	406
Кондитерское изделие(печенье) 30	30	30	2,25	2,25	2,94	2,94	22,32	22,32	125,1	125,1	582
Фрукты свежие (Яблоко)	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44,4	44,4	82
Кисломолочный напиток Кефир	180	180	5,22	5,22	5,76	5,76	7,38	7,38	102,24	102,24	470
<b>Итого за полдник</b>	<b>480</b>	<b>460</b>	<b>25,68</b>	<b>23,3</b>	<b>22,57</b>	<b>20,83</b>	<b>69,79</b>	<b>66,09</b>	<b>585,69</b>	<b>545,68</b>	
<b>Итого день</b>	<b>1725</b>	<b>1530</b>	<b>79,15</b>	<b>64,87</b>	<b>81,59</b>	<b>66,93</b>	<b>235,4</b>	<b>207,87</b>	<b>1993,5</b>	<b>1694,66</b>	

Исполнитель: Кладовщик  (Турзова В. В.)