

Директор (Рыбинцева Н. И.)



Меню на 10.04.2024

| Наименование блюда | Выход | | Белки, г | | Жиры | | 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 |
| 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 | 427 | 366 | 13,42 | 11,35 | 17,59 | 15,16 | 57,13 | 46,8 | 441 | 369,38 | |
| 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 | 21,02 | 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 | 30,89 | 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 |
| Сдоба обыкновенная | 60 | 60 | 5,02 | 5,02 | 3,08 | 3,08 | 33,63 | 33,63 | 182,4 | 182,41 | 5413 |
| 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 | 550 | 520 | 36,07 | 35,28 | 13,53 | 13,44 | 76,5 | 70,86 | 572,6 | 546,08 | |
| Итого день | 1772 | 1552 | 80,99 | 72,76 | 62,11 | 53,85 | 209,3 | 182,4 | 1712 | 1499,33 | |

Исполнитель: Кладовщик  (Турзова В. В.)