

Директор (Рыбинцева И.)

27.09.2023

Меню на 27.09.2023

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энерг. ценность, ккал		№ рецептуры
	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	
Завтрак 1											
Каша "Дружба"	180	150	5,76	4,89	7,81	6,6	23,78	19,91	188,76	158,84	5416
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
Какао с молоком	200	180	4,4	4,02	4,03	3,69	12,72	11,55	105,02	95,65	5421
Итого за завтрак 1	427	366	13,24	11,23	17,94	15,48	56,24	46,27	439,91	369,7	
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											
Салат из белокочанной капусты с морковью	50	30	0,97	0,59	4,45	2,62	5,15	2,09	64,47	39,59	548
Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной	208	187	3,02	2,79	5,08	4,64	20,47	18,97	139,17	128,4	543
Птица в соусе с томатом	80	60	16,26	12,2	16,33	12,29	5,7	4,31	233,01	175,34	367
Каша гречневая рассыпчатая	130	110	7,1	6,02	6,02	5,1	31,19	26,45	207,42	175,88	544
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	713	573	30,41	24,04	32,51	25,16	89,48	75,34	769,7	622,56	
Полдник											
Запеканка из творога с морковью	150	130	17,32	14,94	12,46	10,72	27,13	23,43	290,25	250,24	542
Молоко сгущенное	20	20	1,42	1,42	1	1	11,04	11,04	58,84	58,84	471
Молоко кипяченое	200	180	5,4	4,86	5,6	5,04	8,6	7,74	106,8	96,12	469
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	470	430	24,54	21,62	19,46	17,16	56,57	52,01	500,29	449,6	
Итого день	1710	1469	68,69	57,39	70,01	57,9	212,4	183,7	1755,9	1487,86	

Исполнитель: Кладовщик  (Турзова В. В.)