


Директор (Рыбинцева Н. И.)



Меню на 02.10.2023

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 рисовая	180	150	5,58	4,74	6,78	5,74	27,01	22,55	191,61	161,02	5421
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
Итого за завтрак 1	440	374	16,2	13,01	20,89	17,07	59,47	48,91	491,09	401,62	
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 свежих помидоров и огурцов	50	30	0,5	0,3	2,75	1,65	1,53	0,92	32	19,2	545
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
Итого за обед	705	596	34,74	26,41	36,34	27,22	88,44	76,46	815,72	653,35	
Полдник											
Запеканка из творога	150	130	26,77	23,3	16,81	14,62	24,42	21,19	356,57	309,93	541
Соус молочный сладкий	20	20	0,49	0,49	1,01	1,01	3,16	3,16	23,7	23,7	406
Фрукты свежие (Яблоко)	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44,4	44,4	82
Молоко кипяченое	200	180	5,4	4,86	5,6	5,04	8,6	7,74	106,8	96,12	469
Итого за полдник	470	430	33,06	29,05	23,82	21,07	45,98	41,89	531,47	474,15	
Итого день	1715	1500	84,5	68,97	81,15	65,46	203,99	177,36	1884,3	1575,12	

Исполнитель: Кладовщик  (Турзова В. В.)