

Меню на 20.10.2023



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	192	161,02	5421
Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,8	70,32	573
Масло сливочное (порциями)	7	6	0,04	0,04	5,78	4,95	0,06	0,05	52,4	44,89	79
Сыр полутвердых сортов	13	8	3,14	1,93	3,98	2,45	0	0	48,3	29,74	541
Какао с молоком	200	180	4,4	4,02	4,03	3,69	12,72	11,55	105	95,65	5421
Итого за завтрак 1	440	374	16,2	13,01	20,89	17,07	59,47	48,91	491	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 свеклы отварной	50	30	0,83	0,5	2,26	1,35	4,76	2,85	42,7	25,57	5413
Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	200	180	4,76	4,43	2,54	2,48	33,12	30,79	174	162,65	547
Суфле из курицы	80	60	21,89	15,42	24,24	17,33	2,71	1,83	315	223,52	5422
Рагу из овощей	130	110	4,44	3,72	6,19	5,26	24,75	20,74	172	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	76,9	61,49	574
Итого за обед	705	596	35,07	26,61	35,85	26,92	91,67	78,39	826	659,72	
Полдник											
Запеканка из творога	150	130	26,77	23,3	16,81	14,62	24,42	21,19	357	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
Кондитерское изделие(печенье) 30	30	30	2,25	2,25	2,94	2,94	22,32	22,32	125	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
Молоко кипяченое	200	180	5,4	4,86	5,6	5,04	8,6	7,74	107	96,12	469
Итого за полдник	500	460	35,31	31,3	26,76	24,01	68,3	64,21	657	599,25	
Итого день	1745	1530	87,08	71,42	83,6	68,1	229,5	201,61	2020	1706,59	

Исполнитель: Кладовщик  (Турзова В. В.)