

Директор ДВБЕРЖ ДАЮ (Рыбинцев Н. И.)

Меню на 09.11.2023



| 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 "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        |
| <b>Итого за завтрак 1</b>                               | <b>427</b>  | <b>366</b>  | <b>13,24</b> | <b>11,23</b> | <b>17,94</b> | <b>15,48</b> | <b>56,24</b>  | <b>46,27</b>  | <b>439,91</b>  | <b>369,7</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 свежих помидоров и огурцов                     | 50          | 30          | 0,5          | 0,31         | 2,75         | 1,63         | 1,53          | 0,92          | 32             | 18,58          | 545         |
| 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          | 6,01         | 6,02         | 5,09         | 31,19         | 26,39         | 207,42         | 175,51         | 544         |
| Компот из изюма   | 200         | 180         | 0,45         | 0,4          | 0,08         | 0,07         | 19,27         | 17,23         | 79,63          | 71,2           | 544         |
| 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>713</b>  | <b>603</b>  | <b>30,3</b>  | <b>24,09</b> | <b>30,8</b>  | <b>24,16</b> | <b>93,19</b>  | <b>79,84</b>  | <b>768,09</b>  | <b>630,51</b>  |             |
| <b>Полдник</b>  |             |             |              |              |              |              |               |               |                |                |             |
| Жаркое из сердца  | 200         | 170         | 17,85        | 15,6         | 3,62         | 3,16         | 28,41         | 23,27         | 216,95         | 183,46         | 362         |
| Булочка ванильная                                       | 70          | 70          | 5,54         | 5,54         | 5,3          | 5,3          | 36,17         | 36,17         | 214,66         | 214,66         | 541         |
| Хлеб пшеничный  | 40          | 30          | 3,04         | 2,28         | 0,32         | 0,24         | 19,68         | 14,76         | 93,76          | 70,32          | 573         |
| Молоко кипяченое  | 200         | 180         | 5,4          | 4,86         | 5,6          | 5,04         | 8,6           | 7,74          | 106,8          | 96,12          | 469         |
| <b>Итого за полдник</b>                                 | <b>510</b>  | <b>450</b>  | <b>31,83</b> | <b>28,28</b> | <b>14,84</b> | <b>13,74</b> | <b>92,86</b>  | <b>81,94</b>  | <b>632,17</b>  | <b>564,56</b>  |             |
| <b>Итого день</b>                                       | <b>1750</b> | <b>1519</b> | <b>75,87</b> | <b>64,1</b>  | <b>63,68</b> | <b>53,48</b> | <b>252,39</b> | <b>218,15</b> | <b>1886,17</b> | <b>1610,77</b> |             |

Исполнитель: Кладовщик  (Турзова В. В.)