

Директор (Рыбинцева Н. И.)

19.12.2023

Меню на 19.12.2023

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 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
Сыр полутвердых сортов	13	8	3,14	1,93	3,98	2,45	0	0	48,33	29,74	541
Кофейный напиток с молоком	200	180	4,4	4,02	4,03	3,69	12,62	11,45	104,62	95,25	5423
<b>Итого за завтрак 1</b>	<b>440</b>	<b>374</b>	<b>16,6</b>	<b>13,28</b>	<b>21,57</b>	<b>17,61</b>	<b>57,13</b>	<b>46,8</b>	<b>489,28</b>	<b>399,12</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>											
Огурец соленый	50	30	0,43	0,25	0,05	0,03	0,83	0,48	5,5	3,18	
Суп картофельный с крупой (рисовой) на мясном бульоне	200	180	2,22	2,06	4,79	4,59	16,71	15,48	118,47	111,06	89114
Капуста тушеная с мясом	200	170	24,8	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
<b>Итого за обед</b>	<b>695</b>	<b>566</b>	<b>30,5</b>	<b>25,31</b>	<b>26,49</b>	<b>22,51</b>	<b>62,51</b>	<b>52,84</b>	<b>598,6</b>	<b>505,35</b>	
<b>Полдник</b>											
Рыба, запеченная в омлете	150	150	27,3	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	182,41	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
<b>Итого за полдник</b>	<b>550</b>	<b>520</b>	<b>36,1</b>	<b>35,28</b>	<b>13,53</b>	<b>13,44</b>	<b>76,5</b>	<b>70,86</b>	<b>572,56</b>	<b>546,08</b>	
<b>Итого день</b>	<b>1785</b>	<b>1560</b>	<b>83,6</b>	<b>74,37</b>	<b>61,69</b>	<b>53,66</b>	<b>206,2</b>	<b>180,6</b>	<b>1706,44</b>	<b>1496,55</b>	

Исполнитель: Кладовщик  (Турзова В. В.)