

УТВЕРЖДАЮ
 Директор (Рыбинцева Н. И.)

05.02.2024

Меню на 05.02.2024

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 гречневая	180	150	7,34	6,2	7,4	6,26	24,44	20,42	194,1	163,08	5420
Яйцо вареное	50	50	5,95	5,95	5,05	5,05	0,3	0,3	70,7	70,7	267
Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,76	70,32	573
Кофейный напиток с молоком	200	180	4,4	4,02	4,03	3,69	12,62	11,45	104,6	95,25	5423
Итого за завтрак 1	470	410	20,73	18,45	16,8	15,24	57,04	46,93	463,1	399,35	
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											
Икра кабачковая	50	30	0,95	0,57	4,45	2,67	3,85	2,31	59,5	35,7	
Суп картофельный с горохом и мясом	200	180	14,1	13,63	10,6	10,3	32,22	29,95	276,3	262,47	548
Гренки из пшеничного хлеба	15	10	1,37	0,86	0,14	0,09	8,86	5,56	42,19	26,49	143
Котлета рыбная Любительская (минтай)	80	60	15,05	11,29	3,81	2,86	7,28	5,45	123,6	92,72	5416
Картофельное пюре	130	110	3,34	2,77	5,37	4,59	22,31	18,56	150,4	126,15	54
Компот из смеси сухофруктов	200	150	0,51	0,38	0	0	21,32	16,08	87,28	65,83	541
Хлеб ржаной	45	36	2,97	2,38	0,54	0,43	15,03	12,02	76,86	61,49	574
Итого за обед	720	576	38,29	31,88	25	20,94	110,87	89,93	816,1	670,85	
Полдник											
Салат картофельный с морковью и зел.,ным горошком	50	30	1,7	1,02	3,24	1,94	6,43	3,85	61,48	36,88	5434
Оладьи из печени по-кунцевски	80	60	14,53	10,9	9,99	7,53	13,56	10,17	202,2	152	5435
Булочка ванильная	70	70	5,54	5,54	5,3	5,3	36,17	36,17	214,7	214,66	541
Чай с молоком и сахаром	200	180	3,43	3,12	3,41	3,12	12,21	11,07	93,42	85	544
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	500	440	25,6	20,98	22,3	18,29	78,17	71,06	616,1	532,94	
Итого день	1790	1526	85,12	71,81	64,2	54,57	256,18	218	1941	1649,14	

Исполнитель: Кладовщик  (Турзова В. В.)