

Директор

Рыбинцева Н. И.)

16.02.2024

Меню на 16.02.2024

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 овсяная	180	150	6,94	5,81	8,74	7,33	24,02	19,9	202,71	168,75	5422
Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,8	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
Кофейный напиток с молоком	200	180	4,4	4,02	4,03	3,69	12,62	11,5	104,62	95,25	5423
Итого за завтрак 1	427	366	14,42	12,15	18,87	16,21	56,38	46,1	453,46	379,21	
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	6086
Суп картофельный с крупой (пшено) и курами	200	180	8,07	7,8	6,04	5,9	26,1	24,2	189,86	180,03	543
Голубцы ленивые	200	170	17,82	17,04	17,16	16,23	16,07	13,2	282,24	259,31	486
Компот из свежих плодов	200	150	0,09	0,07	0,09	0,07	11,94	10,5	48,77	42,76	574
Хлеб ржаной	45	36	2,97	2,38	0,54	0,43	15,03	12	76,86	61,49	
Итого за обед	695	566	29,9	27,86	28,28	25,3	72,99	62,2	657,23	579,29	
Полдник											
Винегрет с растительным маслом	110	110	1,67	1,67	9,92	9,92	9,49	9,46	133,64	133,64	5416
Биточки из говядины	80	60	16,56	12,42	16,63	12,47	13,89	10,4	263,93	197,95	546
Кондитерское изделие(печенье) 30	30	30	2,25	2,25	2,94	2,94	22,32	22,3	125,1	125,1	582
Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,8	93,76	70,32	573
Кисель из апельсинов (150) (джем)		180		0,64		0,16		18,1		76,48	5420
Кисель из апельсинов (200) (джем)	200		0,71		0,18		20,11		84,76		5420
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	560	510	24,63	19,66	30,39	26,13	95,29	84,9	745,59	647,89	
Итого день	1782	1542	69,45	60,17	77,64	67,74	234,76	203	1902,3	1652,39	

Исполнитель: Кладовщик



(Турзова В. В.)