

Директор (Рыбинцева Н. И.)

04.03.2024

Меню на 04.03.2024

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	19,85	203	168,75	5422
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
Кофейный напиток с молоком	200	180	4,4	4,02	4,03	3,69	12,62	11,45	105	95,25	5423
Итого за завтрак 1	427	366	14,42	12,15	18,9	16,21	56,38	46,11	453	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	
Суп картофельный с крупой (пшено) и курами	200	180	8,07	7,8	6,04	5,9	26,1	24,21	190	180,03	6086
Голубцы ленивые	200	170	17,82	17,04	17,2	16,23	16,07	13,2	282	259,31	543
Компот из свежих плодов	200	150	0,09	0,07	0,09	0,07	11,94	10,5	48,8	42,76	486
Хлеб ржаной	45	36	2,97	2,38	0,54	0,43	15,03	12,02	76,9	61,49	574
Итого за обед	695	566	29,9	27,86	28,3	25,3	72,99	62,24	657	579,29	
Полдник											
Винегрет с растительным маслом	110	110	1,67	1,67	9,92	9,92	9,49	9,46	134	133,64	5416
Биточки из говядины	80	60	16,56	12,42	16,6	12,47	13,89	10,41	264	197,95	546
Кондитерское изделие(печенье) 30	30	30	2,25	2,25	2,94	2,94	22,32	22,32	125	125,1	582
Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,8	70,32	573
Чай с лимоном и сахаром	200		0,27		0,06		7,37		31,1		543
Итого за полдник	460	230	23,79	18,62	29,9	25,57	72,75	56,95	647	527,01	
Итого день	1682	1262	68,61	59,13	77,1	67,18	212,2	175,4	1804	1531,5	

Исполнитель: Кладовщик



(Турзова В. В.)