


 УТВЕРЖДАЮ
 Директор (Рыбинцева Н. И.)
 05.03.2024

Меню на 05.03.2024

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 гречневая	180	150	7,34	6,2	7,4	6,26	24,44	20,42	194,06	163,08	5420
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
Итого за завтрак 1	427	366	14,82	12,54	17,53	15,14	56,9	46,78	445,21	373,94	
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											
Салат из свеклы отварной	50	30	0,83	0,5	2,26	1,35	4,76	2,85	42,69	25,57	5413
Суп с рыбными консервами (горбуша)	200	180	11,82	10,96	5,13	4,77	17,91	16,62	164,76	152,97	5412
Печень говяжья по-строгановски	80	60	18,41	13,81	12,98	9,73	6,58	4,95	216,62	162,48	5416
Картофельное пюре	130	110	3,34	2,77	5,37	4,59	22,31	18,56	150,35	126,15	54
Компот из смеси сухофруктов	200	180	0,51	0,46	0	0	21,44	19,19	87,77	78,55	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	705	596	37,88	30,88	26,28	20,87	88,03	74,19	739,05	607,21	
Полдник											
Макароны отварные с сыром	130	110	8,03	6,82	7,56	6,4	24,8	21,08	199,45	169,29	543
Кондитерское изделие(печенье) 30	30	30	2,25	2,25	2,94	2,94	22,32	22,32	125,1	125,1	582
Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,76	70,32	573
Чай с сахаром	200	180	0,21	0,19	0,05	0,05	7,16	6,45	29,88	26,94	542
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	450	13,93	11,94	11,27	10,03	83,76	74,41	492,59	436,05	
Итого день	1732	1512	67,13	55,86	55,18	46,14	238,8	205,48	1722,85	1463,2	

Исполнитель: Кладовщик _____ (Турзова В. В.)