

УТВЕРЖДАЮ
 Директор (Рыбинцева Н. И.)

06.03.2024

Меню на 06.03.2024

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 кукурузная	180	150	7,31	6,17	8,22	6,93	32	26,75	231,6	194,2	541
Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,7	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
Кофейный напиток с молоком	200	180	4,4	4,02	4,03	3,69	12,6	11,45	104,6	95,25	5423
Итого за завтрак 1	427	366	14,79	12,51	18,35	15,81	64,4	53,01	482,3	404,66	
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 квашенной капусты с луком	50	30	1	0,48	3,75	1,8	5,13	2,46	58,75	28,2	9
Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	200	180	4,76	4,28	2,54	2,29	33,1	29,81	173,8	156,38	547
Птица в соусе с томатом	80	60	16,27	12,2	16,39	12,25	5,75	4,27	233,8	174,76	367
Каша гречневая рассыпчатая	130	110	7,11	6,02	6,03	5,1	31,3	26,45	207,9	175,88	544
Компот из смеси сухофруктов	200	150	0,51	0,38	0	0	21,3	16,08	87,28	65,83	541
Хлеб ржаной	45	36	2,97	2,38	0,54	0,43	15	12,02	76,86	61,49	574
Итого за обед	705	566	32,62	25,74	29,24	21,86	112	91,09	838,3	662,53	
Полдник											
Омлет с зеленым горошком	160	130	10,89	8,85	11,84	9,62	5,45	4,43	172,3	139,98	542
Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,7	14,76	93,76	70,32	573
Напиток яблочный	200	180	0,09	0,08	0,09	0,08	11,9	10,75	48,77	43,93	481
Кондитерское изделие(печенье) 30		30		2,25		2,94		22,32		125,1	582
Кондитерское изделие(печенье) 50	50		3,75		4,9		37,2		208,5		582
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	550	470	18,17	13,86	17,55	13,28	84,1	62,06	567,7	423,73	
Итого день	1782	1502	66,08	52,61	65,24	51,05	270	216,3	1934	1536,93	

Исполнитель: Кладовщик  (Турзова В. В.)