

Директор (Рыбинцева Н. И.)

07.03.2024

Меню на 07.03.2024



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 рисовая	180	150	5,58	4,74	6,78	5,74	27,01	22,55	191,6	161,02	5421
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
Сыр полутвердых сортов	13	8	3,14	1,93	3,98	2,45	0	0	48,33	29,74	541
Какао с молоком	200	180	4,4	4,02	4,03	3,69	12,72	11,55	105	95,65	5421
Итого за завтрак 1	440	374	16,2	13,01	20,9	17,07	59,47	48,91	491,1	401,62	
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											
Кукуруза сахарная	50	30	0,1	0,06	0,17	0,1	5,08	3,05	26,08	15,65	5421
Суп картофельный с крупой (пшено) и курами	200	180	8,67	7,26	6,56	5,44	26,9	23,49	200	170,87	6086
Суфле из курицы	80	60	21,89	15,42	24,2	17,33	2,71	1,83	314,8	223,52	5422
Рагу из овощей	130	110	4,44	3,72	6,19	5,26	24,75	20,74	171,8	144,58	549
Компот из ягод замороженных	200	180	0,18	0,16	0,08	0,07	11,3	10,16	46,6	41,91	491
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	38,25	29	37,8	28,63	85,77	71,29	836,1	658,02	
Полдник											
Каша жидкая молочная манная	180	150	6,01	4,95	7,54	6,22	24,65	20,64	190,7	158,5	5427
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	6,44	29,88	26,89	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	520	460	9,66	7,82	8,31	6,9	61,29	51,65	358,7	300,11	
Итого день	1765	1530	64,61	50,33	67,1	52,7	216,6	181,9	1732	1405,75	

Исполнитель: Кладовщик  (Турзова В. В.)