

УТВЕРЖДАЮ
 Директор _____ (Рыбинцева Н. И.)

25.03.2024

Меню на 25.03.2024

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	163,08	5420
Яйцо вареное	50	50	5,95	5,95	5,05	5,05	0,3	0,3	70,7	70,7	267
Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,8	70,32	573
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	470	410	20,73	18,45	16,8	15,24	57,04	46,93	463	399,35	
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	0,8	0,48	3	1,8	4,1	2,46	47	28,2	9
Суп картофельный с горохом и мясом	200	180	14,1	13,63	10,64	10,3	32,22	29,95	276	262,47	548
Гренки из пшеничного хлеба	15	10	1,37	0,86	0,14	0,09	8,86	5,56	42,2	26,49	143
Котлета рыбная Любительская (минтай)	80	60	15,05	11,29	3,81	2,86	7,28	5,45	124	92,72	5416
Картофельное пюре	130	110	3,34	2,77	5,37	4,59	22,31	18,56	150	126,15	54
Компот из смеси сухофруктов	200	150	0,51	0,38	0	0	21,32	16,08	87,3	65,83	541
Хлеб ржаной	45	36	2,97	2,38	0,54	0,43	15,03	12,02	76,9	61,49	574
Итого за обед	720	576	38,14	31,79	23,5	20,07	111,1	90,08	804	663,35	
Полдник											
Салат картофельный с морковью и зел.ным горошком	50	30	1,7	1,02	3,24	1,94	6,43	3,85	61,5	36,88	5434
Оладьи из печени по-кунцевски	80	60	14,53	10,9	9,99	7,53	13,56	10,17	202	152	5435
Булочка ванильная	70	70	5,54	5,54	5,3	5,3	36,17	36,17	215	214,66	541
Чай с молоком и сахаром	200	180	3,43	3,12	3,41	3,12	12,21	11,07	93,4	85	544
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	440	25,6	20,98	22,34	18,29	78,17	71,06	616	532,94	
Итого день	1790	1526	84,97	71,72	62,74	53,7	256,4	218,2	1929	1641,64	

Исполнитель: Кладовщик _____ (Турзова В. В.)