

Директор

(Рыбинцева Н. И.)

28.03.2024

Меню на 28.03.2024

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 манная	180	150	5,94	5,01	7,46	6,28	24,77	20,54	190,2	158,92	5427
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
Кофейный напиток с молоком	200	180	4,4	4,02	4,03	3,69	12,62	11,45	104,6	95,25	5423
Итого за завтрак 1	440	374	16,56	13,28	21,57	17,61	57,13	46,8	489,3	399,12	
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 свежих помидоров и огурцов	50	30	0,51	0,31	2,72	1,63	1,53	0,92	30,96	18,58	545
Свекольник на мясном бульоне со сметаной	208	187	4,28	3,85	3,46	3,11	27	24,27	155,7	140,01	5418
Печень говяжья по-строгановски	80	60	18,41	13,81	12,97	9,73	6,6	4,93	216,6	162,46	5416
Макаронные отварные	130	110	4,6	3,89	4,77	3,99	28,49	24,1	175,6	148,44	541
Компот из свежих плодов	200	150	0,09	0,07	0,09	0,07	11,94	10,5	48,77	42,76	486
Хлеб ржаной	45	36	2,97	2,38	0,54	0,43	15,03	12,02	76,86	61,49	574
Итого за обед	713	573	30,86	24,31	24,56	18,96	90,59	76,74	704,5	573,74	
Полдник											
Рыба, запеченная в омлете	150	150	27,34	27,34	9,67	9,67	6,04	6,04	221	221	300
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 лимоном и сахаром	200	180	0,27	0,24	0,06	0,05	7,35	6,63	30,99	27,95	543
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	490	33,3	32,51	13,39	13,3	65,19	59,55	515,3	488,77	
Итого день	1773	1537	81,22	70,6	59,62	49,97	223	193,2	1755	1507,63	

Исполнитель: Кладовщик



(Турзова В. В.)