Утверждаю

Директор _____ (Рыбинцева Н. И.)

09.04.2024

Меню на 09.04.2024

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 овсяная	180	150	6,94	5,81	8,74	7,33	24,02	19,85	202,71	168,75	5422
Яйцо вареное	50	50	5,95	5,95	5,05	5,05	0,3	0,3	70,7	70,7	267
Хлеб пшеничный		30		2,28		0,24		14,76		70,32	573
Чай с молоком и сахаром	200		3,43		3,41		12,21		93,42		544
Хлеб пшеничный	40		3,04		0,32		19,68		93,76		573
Чай с молоком и сахаром		180		3,12		3,12		11,07		85	544
Итого за завтрак 1	470	410	19,36	17,16	17,52	15,74	56,21	45,98	460,59	394,77	
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		0,13		0,22		6,35		32,6		5421
Суп из овощей на курином бульоне со сметаной	208	187	3,22	2,98	4,06	3,9	14,5	13,43	106,95	100,31	5417
Плов с курицей	200	170	33,04	28,09	30,8	26,21	34,2	29,05	542,74	461,58	5412
30.Кукуруза сахарная		1		0		0		0,1		0,52	5421
Компот из изюма	200	150	0,45	0,34	0,08	0,06	19,15	14,45	79,11	59,72	544
Хлеб ржаной	45	36	2,97	2,38	0,54	0,43	15,03	12,02	76,86	61,49	574
Итого за обед	703	544	39,81	33,79	35,7	30,6	89,23	69,05	838,26	683,62	
Полдник											
Запеканка из творога	150	130	26,77	23,3	16,81	14,62	24,42	21,19	356,57	309,93	541
Молоко сгущенное	20	20	1,42	1,42	1	1	11,04	11,04	58,84	58,84	471
Кисломолочный напиток Ряженка	200		5,8		6,4		8,2		113,6		470
Кондитерское изделие(печенье) 30		30		2,25		2,94		22,32		125,1	582
Кисломолочный напиток Кефир		180		5,22		5,76		7,38		102,24	470
Кондитерское изделие(печенье) 30	30		2,25		2,94		22,32		125,1		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	500	460	36,64	32,59	27,55	24,72	75,78	71,73	698,51	640,51	
Итого день	1773	1514	96,31	84,04	80,87	71,16	231,32	196,86	2043,4	1764,9	

Исполнитель: Кладовщик_____(Турзова В. В.)