

Директор (Рыбинцева Н. И.)

Меню на 18.04.2024



Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал		№ рецептуры
	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	
<b>Завтрак 1</b>											
Каша жидкая молочная рисовая	180	150	5,58	4,74	6,78	5,74	27,00	22,55	191,6	161	5421
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
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	12,7	11,55	105	95,65	5421
<b>Итого за завтрак 1</b>	<b>440</b>	<b>374</b>	<b>16,2</b>	<b>13,01</b>	<b>20,89</b>	<b>17,07</b>	<b>59,5</b>	<b>48,91</b>	<b>491,1</b>	<b>401,6</b>	
<b>Завтрак 2</b>											
Сок/нектар	100	100	0,5	0,5	0,1	0,1	10,1	10,1	46	46	501
<b>Итого за завтрак 2</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46</b>	<b>46</b>	
<b>Обед</b>											
Салат из свежих помидоров и огурцов	50	30	0,5	0,31	2,75	1,63	1,53	0,92	32	18,58	545
Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	200	180	4,76	4,43	2,54	2,48	33,1	30,79	173,8	162,7	547
Суфле из курицы	80	60	21,9	15,42	24,24	17,33	2,71	1,83	314,8	223,5	5422
Рагу из овощей	130	110	4,44	3,72	6,19	5,26	24,8	20,74	171,8	144,6	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	12,02	76,86	61,49	574
<b>Итого за обед</b>	<b>705</b>	<b>596</b>	<b>34,7</b>	<b>26,42</b>	<b>36,34</b>	<b>27,2</b>	<b>88,4</b>	<b>76,46</b>	<b>815,7</b>	<b>652,7</b>	
<b>Полдник</b>											
Омлет с зеленым горошком	150	130	10,2	8,85	11,1	9,62	5,11	4,43	161,5	140	542
Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,7	14,76	93,76	70,32	573
Кондитерское изделие(печенье) 30	30	30	2,25	2,25	2,94	2,94	22,3	22,32	125,1	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
Чай с сахаром	200	180	0,21	0,19	0,06	0,05	7,17	6,44	29,93	26,89	542
<b>Итого за полдник</b>	<b>520</b>	<b>470</b>	<b>16,1</b>	<b>13,97</b>	<b>14,82</b>	<b>13,25</b>	<b>64,1</b>	<b>57,75</b>	<b>454,7</b>	<b>406,7</b>	
<b>Итого день</b>	<b>1765</b>	<b>1540</b>	<b>67,6</b>	<b>53,89</b>	<b>72,15</b>	<b>57,62</b>	<b>222</b>	<b>193,2</b>	<b>1808</b>	<b>1507</b>	

Исполнитель: Кладовщик  (Турзова В. В.)