

Директор (Рыбинцева Н. И.)

22.04.2024

Меню на 22.04.2024

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 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
<b>Итого за завтрак 1</b>	<b>470</b>	<b>410</b>	<b>19,36</b>	<b>17,16</b>	<b>17,52</b>	<b>15,74</b>	<b>56,21</b>	<b>45,98</b>	<b>460,59</b>	<b>394,77</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>											
Икра кабачковая	50		0,95		4,45		3,85		59,5		
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
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
Икра кабачковая		30		0,57		2,67		2,31		35,7	
<b>Итого за обед</b>	<b>703</b>	<b>573</b>	<b>40,63</b>	<b>34,36</b>	<b>39,93</b>	<b>33,27</b>	<b>86,73</b>	<b>71,26</b>	<b>865,16</b>	<b>718,8</b>	
<b>Полдник</b>											
Каша жидкая молочная манная	150	130	5,01	4,29	6,28	5,39	20,54	17,89	158,92	137,37	5427
Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,76	70,32	573
Кондитерское изделие(печенье) 30		30		2,25		2,94		22,32		125,1	582
Чай с сахаром	200		0,21		0,05		7,16		29,88		542
Кондитерское изделие(печенье) 30	30		2,25		2,94		22,32		125,1		582
Чай с сахаром		180		0,19		0,05		6,44		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
<b>Итого за полдник</b>	<b>520</b>	<b>470</b>	<b>10,91</b>	<b>9,41</b>	<b>9,99</b>	<b>9,01</b>	<b>79,5</b>	<b>71,21</b>	<b>452,06</b>	<b>404,08</b>	
<b>Итого день</b>	<b>1793</b>	<b>1553</b>	<b>71,4</b>	<b>61,43</b>	<b>67,54</b>	<b>58,12</b>	<b>232,5</b>	<b>198,55</b>	<b>1823,8</b>	<b>1563,65</b>	

Исполнитель: Кладовщик \_\_\_\_\_ (Турзова В. В.)