

Директор



УТВЕРЖДАЮ

24.04.2024

(Рыбинцева Н. И.)

Меню на 24.04.2024

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 гречневая	180	150	7,34	6,2	7,4	6,26	24,44	20,42	194	163,08	5420
Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,8	70,32	573
Масло сливочное (порциями)	7	6	0,04	0,04	5,78	4,95	0,06	0,05	52,4	44,89	79
Какао с молоком	200	180	4,4	4,02	4,03	3,69	12,72	11,55	105	95,65	5421
Итого за завтрак 1	427	366	14,82	12,54	17,53	15,14	56,9	46,78	445	373,94	
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 свеклы отварной	50	30	0,83	0,5	2,26	1,35	4,76	2,85	42,7	25,57	5413
Суп с рыбными консервами (горбуша)	200	180	11,82	10,96	5,13	4,77	17,91	16,62	165	152,97	5412
Печень говяжья по-строгановски	80	60	18,41	13,81	12,98	9,73	6,58	4,95	217	162,48	5416
Картофельное пюре	130	110	3,34	2,77	5,37	4,59	22,31	18,56	150	126,15	54
Кисель из апельсинов (150) (джем)		150		0,53		0,13		15,12		63,73	5420
Кисель из апельсинов (200) (джем)	200		0,71		0,18		20,11		84,8		5420
Хлеб ржаной	45	36	2,97	2,38	0,54	0,43	15,03	12,02	76,9	61,49	574
Итого за обед	705	566	38,08	30,95	26,46	21	86,7	70,12	736	592,39	
Полдник											
Макароньы отварные с сыром	130	110	8,03	6,82	7,56	6,4	24,8	21,08	199	169,29	543
Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,8	70,32	573
Чай с сахаром	200	180	0,21	0,19	0,05	0,05	7,16	6,45	29,9	26,94	542
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	470	420	11,68	9,69	8,33	7,09	61,44	52,09	367	310,95	
Итого день	1702	1452	65,08	53,68	52,42	43,33	215,1	179,1	1595	1323,28	

Исполнитель: Кладовщик

(Турзова В. В.)