

Меню на 07.05.2024



Директор: Турбина Н. И.

07.05.2024

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	202,7	168,75	5422
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
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	427	366	14,42	12,15	18,87	16,2	56,38	46,11	453,5	379,21	
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	30	0,13	0,06	0,22	0,1	6,35	3,05	32,6	15,65	5421
Суп картофельный с крупой (пшено) и курами	200	180	8,07	7,8	6,04	5,9	26,1	24,21	189,9	180,03	6086
Плов с курицей	200	170	33,05	28,08	30,84	26,2	34,18	29,07	543	461,33	5412
Кисель из апельсинов (180)		180		0,64		0,16		18,4		76,04	5420
Кисель из апельсинов (200) (джем)	200		0,71		0,18		20,11		84,76		5420
Хлеб ржаной	45	36	2,97	2,38	0,54	0,43	15,03	12,02	76,86	61,49	574
Итого за обед	695	596	44,93	38,96	37,81	32,8	101,8	86,75	927,1	794,54	
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		3,04		0,32		19,68		93,76		573
Чай с лимоном и сахаром		180		0,24		0,05		6,61		27,89	543
Хлеб пшеничный		30		2,28		0,24		14,76		70,32	573
Чай с лимоном и сахаром	200		0,27		0,06		7,37		31,06		543
Итого за полдник	420	390	32,9	32,11	12,99	12,9	55,41	49,73	470,9	444,31	
Итого день	1642	1452	92,75	83,73	69,77	62	223,7	192,69	1897	1664,06	

Исполнитель: Кладовщик  (Турзова В. В.)