

Муниципальное образование "Городской округ Рыбинск"
 Директор (Рыбинцева Н. И.)

16.05.2024

Меню на 16.05.2024

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
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	420	360	14,38	12,11	13,09	11,26	56,32	46,06	401,1	334,32	
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 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 крупой (пшено) и курамаи	200	180	8,07	7,8	6,04	5,9	26,1	24,21	189,9	180,03	6086
Голубцы ленивые	200	170	17,82	17,04	17,16	16,23	16,07	13,2	282,2	259,31	543
Компот из яблок с лимоном	200	150	0,19	0,14	0,1	0,08	12,3	9,2	50,73	37,94	487
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	566	29,55	27,66	26,59	24,27	71,03	59,54	631,7	557,34	
Полдник											
Винегрет с растительным маслом	110	110	1,67	1,67	9,92	9,92	9,49	9,46	133,6	133,64	5416
Биточки из говядины	80	60	16,56	12,42	16,63	12,47	13,89	10,41	263,9	197,95	546
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	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,76	70,32	573
Кисель из апельсинов (150) (джем)		180		0,64		0,16		18,14		76,48	5420
Кисель из апельсинов (200) (джем)	200		0,71		0,18		20,11		84,76		5420
Итого за полдник	460	410	24,23	19,26	29,99	25,73	85,49	75,09	701,2	603,49	
Итого день	1875	1436	68,66	59,53	69,77	61,35	222,94	190,8	1780	1541,15	

Исполнитель: Кладовщик _____ (Турзова В. В.)