

Директор

(Рыбинцев В. В.)

Меню на 22.05.2024



Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Энергетическая ценность, ккал				№ рецептуры
	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	
<b>Завтрак 1</b>											
Каша жидкая молочная гречневая	180	150	7,34	6,2	7,4	6,26	24,44	20,42	194,1	163,08	5420
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
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 завтрак 1</b>	<b>427</b>	<b>366</b>	<b>10,6</b>	<b>8,71</b>	<b>13,56</b>	<b>11,5</b>	<b>51,35</b>	<b>41,67</b>	<b>370,1</b>	<b>305,18</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 свеклы отварной	50	30	0,83	0,5	2,26	1,35	4,76	2,85	42,60	25,57	5413
Суп с рыбными консервами (горбуша)	200	180	11,8	10,96	5,13	4,77	17,91	16,62	164,8	152,97	5412
Печень говяжья по-строгановски	80	60	18,4	13,81	12,98	9,73	6,58	4,95	216,6	162,48	5416
Картофельное пюре	130	110	3,34	2,77	5,37	4,59	22,31	18,56	150,4	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		84,76		5420
Хлеб ржаной	45	36	2,97	2,38	0,54	0,43	15,03	12,02	76,86	61,49	574
<b>Итого за обед</b>	<b>705</b>	<b>566</b>	<b>38,1</b>	<b>30,95</b>	<b>26,46</b>	<b>21</b>	<b>86,7</b>	<b>70,12</b>	<b>736</b>	<b>592,39</b>	
<b>Полдник</b>											
Макароны отварные с сыром	130	110	8,03	6,82	7,56	6,4	24,8	21,08	199,5	169,29	543
Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,76	70,32	573
Чай с сахаром	200	180	0,21	0,19	0,05	0,05	7,16	6,45	29,88	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
<b>Итого за полдник</b>	<b>470</b>	<b>420</b>	<b>11,7</b>	<b>9,69</b>	<b>8,33</b>	<b>7,09</b>	<b>61,44</b>	<b>52,09</b>	<b>367,5</b>	<b>310,95</b>	
<b>Итого день</b>	<b>1702</b>	<b>1452</b>	<b>60,9</b>	<b>49,85</b>	<b>48,45</b>	<b>39,68</b>	<b>209,59</b>	<b>174</b>	<b>1520</b>	<b>1254,52</b>	

Исполнитель: Кладовщик  (Турзова В. В.)