

МЕНЮ ВЕСНА - ЛЕТО

" _20_ " мая 2022 год



Утверждаю
 Руководитель СЦ
 д.т.с. Безенчук
 "Летний сад" Топольск"
 И.А. Карпова

	Наименование блюда	Ясли 10,5						Сад 10,5					
		Вес блюда, гр.	Химический состав					Вес блюда, гр.	Химический состав				
			Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетич ценность	Витамин С		Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетич ценность	Витамин С
Завтрак1	Омлет натуральный	123	13,3	26,8	17	350	0,1	123	13,3	26,8	17	350	0,1
	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2	10,63	70	0,98	200	4,58	5,04	21,5	145,34	0,03
	Бутерброд с маслом	0,03/0,007	3,15	6,7	20	154,4	0,14	0,04/0,007	3,15	6,7	20	154,4	0,14
Итого:			18,76	35,5	47,6	574,4			21,03	38,5	58,5	649,7	
Завтрак2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2	3,6	100	0,54	0	10,1	42,2	3,6
Обед:	Салат из репчатого лука	30	0,08	0	27,7	113	0,5	30	0,08	0	27,7	113	0,5
	Суп картофельный с макаронными изд	150	1,68	1,8	12,8	94,5	4,9	200	2,68	2,83	17,1	104,7	8,2
	Биточки мясные	60	7,61	2,45	5,33	74	0,18	70	14,71	8,2	11,2	162	0,09
	Капуста тушёная	150	3	4,8	14	113	24	180	3,7	5,8	16,9	135,1	30
	Компот из сухофруктов с VitC	150	0,06	0	20,7	84,7	0,35	200	0,06	0	27,7	113	0,5
	Хлеб пшеничный	21	2,3	0,2	15,1	71	0	38	2,3	0,2	15,1	71	0
	Хлеб ржаной	34	2,7	0,4	14,8	75,4	0	43	2,8	0,5	19,4	77,8	0
Итого:			15,19	13,4	95,83	559,7			26,43	21,03	105,5	655	
Полдник	Кондитерские изделия	70	5,5	4,6	38,4	242,9	0,01	80	5,5	4,6	38,4	242,9	0,01
	Кисель	150	5,8	5	8	100	1	200	5,8	5	8	100	1,4
Итого:			9,4	8,35	44,4	317,9			11,3	9,6	46,4	342,9	
Итого за день:			43,9	57,2	197,9	1494,2			59,3	69,1	220,5	1790	