

Меню
3 июня 2022 года



Утверждаю:
Руководитель СП
Н. Г. Безенчук
В. Степанова

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюд | Ясли 10,5 | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины С | Выход блюд | Сад 10,5 | | | Энергетическая ценность | Витамин С |
|------------------|--|------------|-----------|-------|-------|--------------------------------|------------|------------|----------|------|-------|-------------------------|-----------|
| | | | Б | Ж | У | | | | Б | Ж | У | | |
| Завтрак 1 | Каша молочная пшённая | 150 | 5,1 | 6,0 | 23,8 | 170,2 | 0,4 | 200 | 6,8 | 8 | 31,7 | 226,9 | 0,4 |
| | Какао на молоке | 150 | 4,4 | 3,7 | 16,1 | 115,9 | 1,1 | 200 | 5,8 | 4,9 | 21,4 | 154,5 | 1,1 |
| | Бутерброд с маслом | 30/7 | 3,15 | 6,7 | 20 | 15,4 | 0,14 | 30,10 | 3,15 | 6,7 | 20 | 15,4 | 0,14 |
| Итого за завтрак | | | 11,65 | 17,9 | 72,6 | 346 | | | 15,75 | 19,8 | 73,1 | 535,9 | |
| Завтрак 2 | Сок пакетированный | 100 | 0,54 | 0 | 10,1 | 42,2 | 3,6 | 100 | 0,54 | 0 | 10,1 | 42,2 | |
| Обед | Салат из отварной свеклы | 40 | 1,1 | 2,0 | 2,5 | 33,4 | 4,4 | 60 | 1,78 | 3,1 | 3,75 | 50,1 | 6 |
| | Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне со сметаной | 150 | 6,2 | 5,5 | 12,1 | 121,6 | 3,9 | 200 | 8,2 | 7,3 | 16,1 | 162 | 4,6 |
| | Ленивые голубцы | 120 | 13,5 | 14,5 | 11,6 | 231,3 | 3,15 | 150 | 14,4 | 14,8 | 14,5 | 249,9 | 4,83 |
| | Компот из с/фруктов | 150 | 0,06 | 0 | 13,2 | 84,7 | 0,35 | 200 | 0 | 0 | 15,4 | 86,4 | 0,05 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 7,1 | 0 | 20 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 7,1 | 0 |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 | 0 | 30 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 | 0 | |
| Итого за обед | | | 19,08 | 13,34 | 64,56 | 459 | | | 21,98 | 25,6 | 85,9 | 574,1 | |
| Полдник | Кондитерские изделия | 50 | 5,5 | 4,6 | 38,4 | 242,9 | 0,02 | 50 | 5,5 | 4,6 | 38,4 | 242,9 | 0,02 |
| | Чай с сахаром | 150 | 0,05 | 0 | 6,99 | 28,0 | 0,02 | 200 | 0,03 | 0 | 15 | 60 | 0,03 |
| Итого за полдник | | | 5,55 | 4,6 | 53,4 | 356,3 | | | 5,55 | 4,6 | 53,4 | 356,3 | |
| Итого за | | | 36,8 | 35,84 | 200 | 1203 | | | 43,82 | 50,2 | 222,5 | 1509 | |