

## Меню 15 февраля 2023 г. (неделя 2, день 8)



| Прием пищи              | Наименование блюда                                          | Вес блюда | Ясли (10,5 ч.)   |              |              |                                |                  | № рецептуры | Вес блюда    | Ясли (10,5 ч.)                 |               |               |     |  | № рецептуры |
|-------------------------|-------------------------------------------------------------|-----------|------------------|--------------|--------------|--------------------------------|------------------|-------------|--------------|--------------------------------|---------------|---------------|-----|--|-------------|
|                         |                                                             |           | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность (ккал) | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность (ккал) |               |               |     |  |             |
|                         |                                                             |           | Б                | Ж            | У            |                                | Б                |             |              |                                | Ж             | У             |     |  |             |
| <b>Завтрак 1</b>        |                                                             |           |                  |              |              |                                |                  |             |              |                                |               |               |     |  |             |
|                         | Каша молочная вязкая геркулесовая                           | 150       | 6,7              | 11,9         | 45,3         | 315,8                          | 182              | 200         | 8,9          | 15,9                           | 60,4          | 421,0         | 182 |  |             |
|                         | Кофейный напиток с молоком                                  | 150       | 2,68             | 2,01         | 21,15        | 113,8                          | 414              | 180         | 3,2          | 2,4                            | 25,5          | 136,6         | 414 |  |             |
|                         | Бутерброд с сыром                                           | 15/5/6    | 2,6              | 6,05         | 6,7          | 81,6                           | 1                | 20/7/10     | 3,9          | 8,9                            | 8,8           | 116,2         | 1   |  |             |
| <b>Итого за завтрак</b> |                                                             |           | <b>11,98</b>     | <b>19,96</b> | <b>73,15</b> | <b>511,2</b>                   |                  |             | <b>16,0</b>  | <b>27,1</b>                    | <b>94,7</b>   | <b>673,8</b>  |     |  |             |
| <b>Завтрак 2</b>        | Сок пакетированный                                          | 100       | 0,54             | 0            | 10,1         | 42,2                           |                  | 100         | 0,54         | 0                              | 10,1          | 42,2          |     |  |             |
| <b>Обед</b>             | Салат из свеклы отварной                                    | 30        | 0,48             | 1,8          | 3,3          | 31,2                           | 52               | 50          | 0,8          | 3                              | 5,5           | 52,0          | 52  |  |             |
|                         | Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной | 150       | 1,0              | 2,9          | 9,1          | 67,3                           | 63               | 200         | 1,4          | 3,9                            | 12,1          | 89,8          | 83  |  |             |
|                         | Кнели из кур с рисом                                        | 160       | 22,7             | 3,4          | 11,7         | 448,0                          | 327              | 200         | 28,0         | 43,0                           | 14,6          | 560,0         | 327 |  |             |
|                         | Картофель тушеный с овощами/гороховое пюре                  | 110       | 2,42             | 8,36         | 20,9         | 168                            | 312              | 130         | 11,06        | 4,5                            | 36            | 229           | 306 |  |             |
|                         | Соус сметанный с томатом                                    | 20        | 0,36             | 1,04         | 1,53         | 17,0                           | 373              | 30          | 0,54         | 1,56                           | 2,29          | 25,5          | 373 |  |             |
|                         | Компот из с/фруктов                                         | 150       | 0,06             | 0            | 16,4         | 65,7                           | 394              | 180         | 0,07         | 0                              | 19,6          | 78,8          | 394 |  |             |
|                         | Хлеб пшеничный                                              | 20        | 1,62             | 0,32         | 10,9         | 44,2                           |                  | 20          | 1,62         | 0,26                           | 8,72          | 44,2          |     |  |             |
|                         | Хлеб ржаной                                                 | 30        | 1,98             | 0,36         | 13,6         | 54,3                           |                  | 40          | 2,64         | 0,48                           | 18,12         | 72,4          |     |  |             |
| <b>Итого за обед</b>    |                                                             |           | <b>17,29</b>     | <b>23,71</b> | <b>89,17</b> | <b>635,2</b>                   |                  |             | <b>25,11</b> | <b>36,11</b>                   | <b>109,36</b> | <b>847,7</b>  |     |  |             |
| <b>Полдник</b>          | Рыба запеченная в молочн. соусе                             | 70        | 5,18             | 5,32         | 7,0          | 96,6                           | 265              | 80          | 5,92         | 6,08                           | 8,0           | 110,4         | 265 |  |             |
|                         | Хлеб пшеничный                                              | 15        | 1,21             | 0,19         | 6,54         | 33,15                          |                  | 20          | 1,62         | 0,26                           | 8,72          | 44,2          |     |  |             |
|                         | Чай с сахаром                                               | 170       | 0,08             | 0            | 12,44        | 49,76                          | 411              | 200         | 0,09         | 0                              | 14,6          | 58,5          | 411 |  |             |
| <b>Итого за полдник</b> |                                                             |           | <b>6,47</b>      | <b>5,51</b>  | <b>25,98</b> | <b>179,51</b>                  |                  |             | <b>7,63</b>  | <b>6,34</b>                    | <b>31,32</b>  | <b>213,1</b>  |     |  |             |
| <b>Итого за день</b>    |                                                             |           | <b>36,28</b>     | <b>49,18</b> | <b>198,4</b> | <b>1368,11</b>                 |                  |             | <b>49,28</b> | <b>69,55</b>                   | <b>245,48</b> | <b>1776,8</b> |     |  |             |