

Меню 06 марта 2023 г. (неделя 1, день 1)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Ясли (10,5 ч.)					№ рецептуры	Вес блюда	Сад (10,5 ч.)					№ рецептуры
			Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)					
			Б	Ж	У		Б				Ж	У			
Завтрак 1															
	Каша молочная жидкая манная	150	4,1	7,7	29,6	204,5	199	200	5,5	10,3	39,4	272,0	199		
	Какао с молоком	150	2,8	2,4	20,0	113,1	416	180	3,38	2,88	24,0	135,7	416		
	Бутерброд с маслом	25/5	2,04	4,42	10,94	110,2	1	30/7	2,5	6,2	13,14	136,0	1		
Итого за завтрак			8,94	14,52	126,54	427,8			11,38	19,38	76,54	543,7			
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2			
Обед	Салат из моркови с курагой	30	0,4	1,2	4,0	28,7	445	50	0,6	2,0	6,7	48,0	320		
	Суп из овощей с горошком зеленым на курином бульоне со сметаной	150	1,05	2,96	8,55	64,95	99	200	3,03	3,94	11,4	86,6	99		
	Суфле куриное	50	9,0	13,8	7,83	160,0	285	70	12,6	18,3	2,57	225,0	285		
	Гарнир из крупы (гречка)	110	3,35	4,0	18,5	122,1		130	3,9	4,7	21,8	144	3		
	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	25	2,02	0,32	10,9	55,25		30	2,43	0,39	13,08	66,3			
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,6	54,3		40	2,64	0,48	18,12	72,4			
Итого за обед			33,76	83,32	173,08	1286,38			25,87	31,41	95,56	746,4			
Полдник	Ватрушка с повидлом	70	5,92	1,3	40,2	188,5	437	80	4,48	1,49	45,9	215,4	437		
	Чай с сахаром	170	0,08	-	12,44	49,76	411	200	0,09	-	14,6	58,5	411		
Итого за полдник			6,0	1,3	52,64	260,5			4,57	1,49	60,5	273,9			
Итого за день			33,19	43,75	203,8	1276,88			42,36	52,28	242,7	1606,2			