

## Меню 10 марта 2023 г. (неделя 1, день 5)



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Ясли (10,5 ч.)					№ рецептуры	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры		
			Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры			Пищевые вещества					Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У					Б	Ж	У				
<b>Завтрак 1</b>																
	Каша молочная вязкая ячневая	150	6,4	10,0	47,0	304,4	182	200	8,5	13,4	62,7	405,8	182			
	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	92,6	3	30/7	2,5	6,2	13,1	136,0	3			
<b>Итого за завтрак</b>			<b>11,24</b>	<b>16,82</b>	<b>77,94</b>	<b>527,7</b>			<b>14,38</b>	<b>22,48</b>	<b>99,8</b>	<b>677,5</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 репчатого лука с зеленым горошком	30	0,61	1,97	1,5	29,9	52	50	1,02	3,28	2,5	49,8	52			
	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне со сметаной	150	1,59	1,66	14,5	79,5	88	200	2,1	2,22	19,3	106,0	88			
	Голубцы ленивые	160	13,5	12,6	10,2	208,9	315	200	16,9	15,8	12,8	261,2	315			
	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				
<b>Итого за обед</b>			<b>20,12</b>	<b>17,95</b>	<b>68,63</b>	<b>510,55</b>			<b>25,7</b>	<b>23,73</b>	<b>87,69</b>	<b>660</b>				
<b>Полдник</b>	Кондитерские изделия	40	3,14	2,63	21,94	138,29	263	70	5,5	4,6	38,4	242,0	263			
	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>3,22</b>	<b>2,63</b>	<b>34,38</b>	<b>188,05</b>			<b>5,59</b>	<b>4,6</b>	<b>53,0</b>	<b>300,5</b>				
<b>Итого за день</b>			<b>35,12</b>	<b>37,4</b>	<b>191,05</b>	<b>1268,5</b>			<b>46,21</b>	<b>50,81</b>	<b>250,59</b>	<b>1680,2</b>				