

Сезон: весна-лето

Меню 10 мая 2023 г. (неделя 2, день 8)

Утверждаю:
 Руководитель СП "детский сад "Росинка"
 № 4 п.г.т.Безенчук
 О.Ю.Гурова



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Ясли (10,5 ч.)					№ рецептуры	Вес блюда	Сид (16,5 н.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры		
			Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Б			Ж	У	Пищевые вещества				
			Б	Ж	У							Б			Ж	У
Завтрак 1	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 маслом	15/5/6	2,6	6,05	6,7	81,6	1	20/7/10	3,9	8,9	8,8	116,2	1			
Итого за завтрак			11,98	19,96	73,15	511,2			16,0	27,1	94,7	673,8				
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2				
Обед	Салат из свеклы отварной	30	0,4	1,8	3	27,6	52	50	0,6	3,09	3,89	46,05	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	7,1	10,7	3,6	140,0	327	200	9,9	1,5	5,1	196,0	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	0,06	0	16,4	65,7	373	30	0,07	0	19,6	78,8	373			
	Компот из с/фруктов	150	1,62	0,32	10,9	44,2	394	180	0,07	0	19,6	78,8	394			
	Хлеб пшеничный	20	1,98	0,36	13,6	54,3		20	1,62	0,26	8,72	44,2				
	Хлеб ржаной	30	14,58	24,44	77,5	567,1		40	2,64	0,48	18,12	72,4				
Итого за обед			5,18	5,32	7,0	96,6			27,29	13,73	103,53	756,25				
Полдник	Рыба запеченная в молочн. соусе	70	1,21	0,19	6,54	33,15	265	80	5,92	6,08	8,0	110,4	265			
	Хлеб пшеничный	15	0,08	0	12,44	49,76		20	1,62	0,26	8,72	44,2				
	Чай с сахаром	170	6,47	5,51	25,98	179,51	411	200	0,09	0	14,6	58,5	411			
Итого за полдник			33,57	49,91	186,73	1300,01			7,63	6,34	31,32	213,1				
Итого за день			36,28	49,18	198,4	1368,11			51,46	47,17	239,65	1685,35				