

Сезон: осень-зима



Меню 20 сентября 2023 г. (неделя 1, день 3)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Ясли (10,5 ч.)					№ рецептуры	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)				
			Б	Ж	У		Б				Ж	У		
Завтрак 1														
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	2,5	2,9	12,42	85,6	100	200	3,4	3,9	16,6	114,2	100	
	Какао с молоком	150	2,8	2,4	20,0	113,1	416	180	2,38	2,88	24,0	135,7	416	
	Бутерброд с маслом	15/5	1,23	4,3	6,6	73,5	1	20/7	1,65	6,06	8,8	99,9	1	
Итого за завтрак			6,53	9,6	39,02	272,2			7,43	12,84	49,4	349,1		
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2		
Обед	Салат из квашеной капусты с луком	30	0,48	1,47	3,3	28,5	47	50	1,2	3,4	2,16	44,0	47	
	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	63	
	Плов из птицы	160	15,8	20,2	22,5	348,0	321	200	19,8	25,3	32,1	436,0	321	
	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		
Итого за обед			20,94	25,25	75,8	619,05			26,33	32,44	96,14	768,7		
Полдник	Суфле рыбное	50	8,58	4,0	2,08	79,42	283	70	12,02	5,6	2,92	111,1	283	
	Чай с сахаром	170	0,08	0	12,44	49,76	411	200	0,09	0	14,6	58,5	411	
	Хлеб пшеничный	15	1,21	0,19	6,64	33,15		20	1,62	0,26	8,72	44,2		
Итого за полдник			9,87	4,19	21,16	162,33			13,73	5,86	26,24	213,8		
Итого за день			37,88	39,04	146,08	1095,78			48,03	51,14	181,88	1373,8		