

## Меню 09 октября 2023 г. (неделя 2, день 6)



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Ясли (10,5 ч.)					№ рецептуры	Вес блюда	Сад (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества							
			Б	Ж	У		Б			Ж	У			
<b>Завтрак 1</b>														
	Каша молочная вязкая рисовая	150	5,3	9,8	48,0	304,0	182	200	7,0	13,0	64,0	7,0	182	
	Чай с сахаром	150	0,07	0	10,9	42,0	411	180	0,08	0	13,1	0,08	411	
	Бутерброд с маслом	25/5	2,04	4,42	10,94	110,2	1	30/7	2,5	6,2	13,14	2,5	1	
<b>Итого за завтрак</b>			<b>7,41</b>	<b>14,22</b>	<b>69,84</b>	<b>456,2</b>			<b>9,58</b>	<b>19,2</b>	<b>90,24</b>	<b>9,58</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>	Икра кабачковая	30	0,42	1,44	2,55	24,9	445	50	0,56	1,92	3,4	33,2	445	
	Щи из свежей капусты с картофелем и фасолью на курином бульоне со сметаной	150	0,96	2,95	6,9	58,0	73	200	1,28	3,9	9,2	77,4	73	
	Птица отварная	50	10,6	10,3	0,8	139,0	299	70	14,9	14,5	1,14	194,7	299	
	Макароны отварные	110	3,96	4,62	26,84	165,0	199	130	4,68	5,46	31,72	195,0	199	
	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>20,36</b>	<b>21,03</b>	<b>79,52</b>	<b>579,15</b>			<b>27,1</b>	<b>28,21</b>	<b>98,55</b>	<b>743,3</b>		
<b>Полдник</b>	Плюшка с сахаром	70	5,25	9,24	43,63	274,4	424	80	6,3	10,56	48,72	313,6	424	
	Кисло-молочный напиток	160	4,48	5,12	6,56	90,4	420	180	5,04	5,76	7,4	101,7	420	
<b>Итого за полдник</b>			<b>9,73</b>	<b>14,36</b>	<b>50,19</b>	<b>364,8</b>			<b>11,34</b>	<b>16,32</b>	<b>56,12</b>	<b>415,3</b>		
<b>Итого за день</b>			<b>38,04</b>	<b>49,61</b>	<b>209,65</b>	<b>1442,35</b>			<b>48,56</b>	<b>63,73</b>	<b>255,01</b>	<b>1800,3</b>		