

Сезон:осень-зима

Меню 24 октября 2023 г. (неделя 2, день 7)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Ясли (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Вес блюда	Питательные вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	
			Б	Ж	У				Б	Ж	У			
Завтрак 1	Каши молочная вязкая пшеничная	150	5,8	7,7	38,9	249,0	182	200	7,8	10,0	52,0	332,0	182	
	Какао с молоком	150	2,8	2,4	20,0	113,1	416	180	3,38	2,88	24,0	135,7	416	
	Булочка с маслом	25/5/6	3,4	6,16	11,08	113,04	3	30/7/10	4,8	9,1	13,1	147,6	3	
Итого за завтрак			10,4	13,26	57,28	475,1			15,98	21,98	89,1	615,3		
Завтрак 2	Сок пакешированный	100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2		
Обед	Салат из свежлы отварной	30	0,48	1,8	3,3	31,2	47	50	0,8	3	5,5	52	47	
	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной	150	1,2	3,6	12,3	81,7	82	200	1,6	4,0	16,4	109,0	82	
	Компота рубленая из птицы	50	8,1	12,1	7,8	173,0	327	70	11,34	16,94	10,92	242,20	327	
	Картофель тушеный с овощами	110	2,42	8,36	20,9	168,0	312	130	2,86	9,88	24,7	198,9	312	
	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			16,26	26,54	85,2	629,15			21,74	34,69	108,32	819,6	
	Полдник	Пудинг из творога с рисом	130	21,6	14,0	22,8	303,0	456	150	22,1	14,66	28,89	336,0	456
		Кисель (соус)	20	0,08	0	2,25	9,53		30	1,22	0	3,38	14,3	
Чай с сахаром		170	0,08	0	12,44	49,76	411	200	0,09	0	14,6	58,5	411	
Итого за полдник			21,76	14,0	37,49	362,29			23,41	14,66	46,87	408,8		
Итого за день			48,96	53,8	190,07	1508,74			61,67	71,33	254,39	1885,9		



Утверждено: Руководитель СП "Детский сад "Росинка"

Ю.Л.Гурова