

Сезон: осень-зима

Утверждаю:

Руководитель сад "Росинка"
 п.г.т.Безенчук
 Ю.Гурова



Меню 26 октября 2023 г. (неделя 2, день 9)

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли (10,5 ч.)						Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	
		Пищевые вещества		У	Ж	Б	Ж					У	Б	Ж						У
		Б	Ж																	
Завтрак 1																				
	Каша молочная вязкая из гречневой крупы	6,2	8,4	37,7			150	252,2	182	200	8,2	11,2	50,9	336,0	182					
	Какао с молоком	2,8	2,4	20,0			150	113,1	416	180	3,38	2,88	24,0	135,7	416					
	Бутерброд с маслом	3,4	6,16	11,08			25/5/6	113,04	3	30/7/10	4,8	9,1	13,1	147,6	3					
Итого за завтрак		12,4	16,96	68,78				478,34			15,88	23,18	88,0	619,3						
Завтрак 2	Сок пакетированный	0,54	0	10,1			100	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2						
Обед																				
	Салат из квашеной капусты	0,48	1,8	3,3			30	31,2		50	0,8	2,45	5,5	47,5						
	Суп картофельный с крупой (пишено) на мясном бульоне со сметаной	1,4	1,68	14,6			150	79,3	63	200	1,8	2,24	19,5	105,8	63					
	Котлета рыбная	7,1	1,4	4,3			50	57,9	271	70	9,94	1,96	6,02	81,0	271					
	Картофельное пюре	2,64	4,95	17,38			110	124,3	337	130	3,12	11,44	22,35	204,88	337					
	Компот из с/фруктов	0,06	0	16,4			150	65,7	394	180	0,07	0	19,6	78,8	394					
	Хлеб пшеничный	2,02	0,32	10,9			25	55,25		30	2,43	0,39	13,08	66,3						
	Хлеб ржаной	1,98	0,36	13,6			30	54,3		40	2,64	0,48	18,12	72,4						
Итого за обед		15,68	15,24	82,01				467,95			20,8	18,96	104,17	656,68						
Полдник																				
	Ватрушка с творогом	9,22	5,48	29,15			70	202,0	226	80	9,22	6,48	29,18	230,0	226					
	Чай с сахаром	0,08	-	12,44			170	49,76	411	200	0,09	0	14,6	58,5	411					
Итого за полдник		9,3	5,48	41,59				251,76			9,31	6,48	43,78	288,5						
Итого за день		37,92	37,68	202,48				1240,25			46,53	48,62	246,05	1606,68						