

Сезон: осень-зима

Утверждено:

Руководитель сад "Росинка"

Г.С.Сидорова

г.т.Безенчук

О.Ю.Гурова



Меню 27 октября 2023 г. (неделя 2, день 10)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда			Пищевые вещества			Ясли (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевые вещества	Энергетическая ценность (ккал)			№ рецептуры	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	Б	Ж	У	Б	Ж	У									
															Б	Ж	У		
<b>Завтрак 1</b>																			
	Омлет натуральный	120	10,9	22,3	11,5	289,6	229	130	11,8	23,9	12,5	313,7	229						
	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	25/5	2,04	4,42	10,94	110,2	3	30/7	2,5	6,2	13,14	136,0	3						
<b>Итого за завтрак</b>			15,62	28,73	43,59	513,6			17,5	32,5	51,14	586,3							
<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>	Салат из репчатого лука	30	0,4	1,2	4	28,7	11	50	0,9	0,05	11,4	49,5	11						
	Суп картофельный с крупной (рис) и томатом на мясном бульоне со сметаной	150	1,32	1,69	12,34	69,9	86	200	1,76	2,26	16,46	93,2	86						
	Капуста тушеная с мясом	160	3,2	5,76	16,96	132,8	354	200	4,0	7,2	21,2	166,0	354						
	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>			8,98	9,33	74,2	406,65			11,8	10,38	99,86	526,2							
<b>Полдник</b>	Кондитерские изделия	40	3,14	2,63	21,94	138,29		70	5,5	4,6	38,4	242,0							
	Чай с молоком	170	1,1	1,3	14,0	72,0	420	200	1,3	1,5	16,4	84,6	420						
<b>Итого за полдник</b>			4,24	3,93	35,94	210,3			6,8	6,1	54,8	326,6							
<b>Итого за день</b>			29,38	41,99	163,83	1172,75			36,64	48,98	215,9	1481,3							