

Сезон: осень-зима

Утверждено:
 Государственное учреждение
 "Детский сад "Росинка"
 г.п.г.т.Безенчук
 Ю.Гурова



Меню 03 ноября 2023 г. (неделя 1, день 5)

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли (10,5 ч.)						Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	рецептуры	Энергетическая ценность (ккал)	рецептурный №						
		Пищевые вещества		У	Ж	Б	У											
		Б	Ж															
Завтрак 1																		
	Каша молочная вязкая ячневая	150	6,4	10,0	47,0			182		304,4			200	8,5	13,4	62,7	405,8	182
	Какао с молоком	150	2,8	2,4	20,0			416		113,1			180	3,38	2,88	24,0	135,7	416
	Бутерброд с маслом	25/5	2,04	4,42	10,94			3		92,6			30/7	2,5	6,2	13,1	136,0	3
Итого за завтрак			11,24	16,82	77,94					527,7				14,38	22,48	99,8	677,5	
Завтрак 2																		
	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1					42,2			100	0,54	0	10,1	42,2	
Обед	Салат из репчатого лука с зеленым горошком	30	0,61	1,97	1,5			52		29,9			50	1,02	3,28	2,5	49,8	52
	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне со сметаной	150	1,59	1,66	14,5			88		79,5			200	2,1	2,22	19,3	106,0	88
	Голубцы лепивые	160	13,5	12,6	10,2			315		208,9			200	16,9	15,8	12,8	261,2	315
	Соус сметанный с томатом	20	0,36	1,04	1,53			373		17,0			30	0,54	1,56	2,29	25,5	373
	Компот из с/фруктов	150	0,06	0	16,4			394		65,7			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			20,12	17,95	68,63					510,55				25,7	23,73	87,69	660	
Полдник																		
	Кондитерские изделия	40	3,14	2,63	21,94			263		138,29			70	5,5	4,6	38,4	242,0	263
	Чай с сахаром	170	0,08	0	12,44			411		49,76			200	0,09	0	14,6	58,5	411
Итого за полдник			3,22	2,63	34,38					188,05				5,59	4,6	53,0	300,5	
Итого за день			35,12	37,4	191,05					1268,5				46,21	50,81	250,59	1680,2	