

Сезон: осень-зима

Утверждено:

Руководитель с/п "детский сад "Росинка"
 Т.В.Сонина, п.г.т.Безенчук
 О.Ю.Гурова



Меню 17 ноября 2023 г. (неделя I, день 5)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда			Пищевые вещества			Ясли (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Веса			вещества			вещества						
		Б	Ж	У	Б	Ж	У	Б	Ж	У				
Завтрак 1	Каша молочная вязкая ячневая	150	6,4	10,0	47,0			200	8,5	13,4	62,7	405,8	182	
	Какао с молоком	150	2,8	2,4	20,0			180	3,38	2,88	24,0	135,7	416	
	Бутерброд с маслом	25/5	2,04	4,42	10,94			30/7	2,5	6,2	13,1	136,0	3	
Итого за завтрак		11,24	16,82	77,94				14,38	22,48	99,8		677,5		
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1			100	0,54	0	10,1	42,2		
	Салат из репчатого лука с зеленым горошком	30	0,61	1,97	1,5			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			200	2,1	2,22	19,3	106,0	88	
Обед	Голубцы лепивые	160	13,5	12,6	10,2			200	16,9	15,8	12,8	261,2	315	
	Соус сметанный с томатом	20	0,36	1,04	1,53			30	0,54	1,56	2,29	25,5	373	
	Компот из с/фруктов	150	0,06	0	16,4			180	0,07	0	19,6	78,8	394	
	Хлеб пшеничный	25	2,02	0,32	10,9			30	2,43	0,39	13,08	66,3		
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,6			40	2,64	0,48	18,12	72,4		
Итого за обед		20,12	17,95	68,63				25,7	23,73	87,69		660		
Полдник	Кондитерские изделия	40	3,14	2,63	21,94			70	5,5	4,6	38,4	242,0	263	
	Чай с сахаром	170	0,08	0	12,44			200	0,09	0	14,6	58,5	411	
Итого за полдник		3,22	2,63	34,38				5,59	4,6	53,0		300,5		
Итого за день		35,12	37,4	191,05				46,21	50,81	250,59		1680,2		