

Меню 20 ноября 2023 г. (неделя 2, день 6)

Утверждено:

Директор детского сада "Росинка" О.Ю.Гурова



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Ясли (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Вес блюда	Ясли (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур
			Б	Ж	У				Б	Ж	У		
Завтрак 1	Каша молочная вязкая рисовая	150	5,3	9,8	48,0	304,0	182	200	7,0	13,0	64,0	7,0	182
	Чай с сахаром	150	0,07	0	10,9	42,0	411	180	0,08	0	13,1	0,08	411
	Бульбоброд с маслом	25/5	2,04	4,42	10,94	110,2	1	30/7	2,5	6,2	13,14	2,5	1
Итого за завтрак			7,41	14,22	69,84	456,2			9,58	19,2	90,24	9,58	
Завтрак 2	Сок пакешированный	100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2	
Обед	Икра кабачковая	30	0,42	1,44	2,55	24,9	445	50	0,56	1,92	3,4	33,2	445
	Щи из свежей капусты с картошкой и фасолью на курином бульоне со сметаной	150	0,96	2,95	6,9	58,0	73	200	1,28	3,9	9,2	77,4	73
	Пицца отварная	50	10,6	10,3	0,8	139,0	299	70	14,9	14,5	1,14	194,7	299
	Макаронны отварные	110	3,96	4,62	26,84	165,0	199	130	4,68	5,46	31,72	195,0	199
	Соус сметанный с томатом	20	0,36	1,04	1,53	17,0	373	30	0,54	1,56	2,29	25,5	373
	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			20,36	21,03	79,52	579,15			27,1	28,21	98,55	743,3	
Полдник	Плюшка с сахаром	70	5,25	9,24	43,63	274,4	424	80	6,3	10,56	48,72	313,6	424
	Кисло-молочный напиток	160	4,48	5,12	6,56	90,4	420	180	5,04	5,76	7,4	101,7	420
Итого за полдник			9,73	14,36	50,19	364,8			11,34	16,32	56,12	415,3	
Итого за день			38,04	49,61	209,65	1442,35			48,56	63,73	255,01	1800,3	