

Сезон: осень-зима



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

Меню 24 ноября 2023 г. (неделя 2, день 10)

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли (10,5 ч.)			Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Пищевые вещества			Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Пищевые вещества			Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Ясли (10,5 ч.)						Пищевые вещества						Пищевые вещества					
		Б	Ж	У				Б	Ж	У				Б	Ж	У			
Завтрак 1	Омлет натуральный	120	10,9	22,3	11,5	289,6	229	130	11,8	23,9	12,5	313,7	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	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	30/7	2,5	6,2	13,14	136,0	3
Итого за завтрак			15,62	28,73	43,59	513,6			17,5	32,5	51,14	586,3			17,5	32,5	51,14	586,3	
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2	
	Салат из репчатого лука	30	0,4	1,2	4	28,7	11	50	0,9	0,05	11,4	49,5	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	200	1,76	2,26	16,46	93,2	86
Обед	Карпуста тушеная с мясом	160	3,2	5,76	16,96	132,8	354	200	4,0	7,2	21,2	166,0	354	200	4,0	7,2	21,2	166,0	354
	Компот из фруктов	150	0,06	0	16,4	65,7	394	180	0,07	0	19,6	78,8	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		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		40	2,64	0,48	18,12	72,4	
Итого за обед			8,98	9,33	74,2	406,65			11,8	10,38	99,86	526,2			11,8	10,38	99,86	526,2	
Полдник	Кондитерские изделия	40	3,14	2,63	21,94	138,29		70	5,5	4,6	38,4	242,0		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	200	1,3	1,5	16,4	84,6	420
Итого за полдник			4,24	3,93	35,94	210,3			6,8	6,1	54,8	326,6			6,8	6,1	54,8	326,6	
Итого за день			29,38	41,99	163,83	1172,75			36,64	48,98	215,9	1481,3			36,64	48,98	215,9	1481,3	