

Меню 04 декабря 2023 г. (неделя 2, день 6)



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Ясли (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Вес блюда	Питание в садике (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
	Булочка 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 пастеризованный	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
	Шницель из свежей капусты с картофелем и фасолью на курином бульоне со сметаной	150	0,96	2,95	6,9	38,0	73	200	1,28	3,9	9,2	77,4	73
	Птица отварная	50	10,6	10,3	0,8	139,0	299	70	14,9	14,5	1,14	194,7	299
	Макаронные отварные	110	3,96	4,62	26,84	165,0	199	130	4,68	5,46	31,72	195,0	199
	Супе 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	