

Меню 13 декабря 2023 г. (неделя 1, день 3)

Утверждено:  
 Руководитель с/п "Детский сад "Росинка"  
 Елена Владимировна  
 4 п.г.т. Безенчук  
 О.Ю. Турова

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Если (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Вес блюда	Если (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У				Б	Ж	У		
Завтрак 1	Суп молочный с макаронными изделиями	150	2,5	2,9	12,42	85,6	100	200	3,4	3,9	16,6	114,2	100
	Какао с молоком	150	2,8	2,4	20,0	113,1	416	180	2,38	2,88	24,0	135,7	416
	Итого за завтрак	15/5	1,23	4,3	6,6	73,5	1	20/7	1,65	6,06	8,8	99,9	1
Завтрак 2	Сок пастеризованный	100	0,54	0	10,1	42,2			7,43	12,84	49,4	349,1	
Обед	Салат из кашеной крупы с луком	30	0,48	1,47	3,3	28,5	47	100	0,54	0	10,1	42,2	
	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	150	1,0	2,9	9,1	67,3	63	50	1,2	3,4	2,16	44,0	47
	Плов из пшеницы	160	15,8	20,2	22,5	348,0	321	200	1,4	3,9	12,1	89,8	63
	Компот из с/фруктов	150	0,06	0	16,4	65,7	394	180	19,8	25,3	32,1	436,0	321
Итого за обед	Хлеб пшеничный	20	1,62	0,32	10,9	44,2		20	0,07	0	19,6	78,8	394
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,6	54,3		40	1,62	0,26	8,72	44,2	
	Итого за обед		20,94	25,25	75,8	619,05			2,64	0,48	18,12	72,4	
Полдник	Суфле рыбное	50	8,58	4,0	2,08	79,42	283		26,33	32,44	96,14	768,7	
	Чай с сахаром	170	0,08	0	12,44	49,76	411	70	12,02	5,6	2,92	111,1	283
Итого за полдник	Хлеб пшеничный	15	1,21	0,19	6,64	33,15		200	0,09	0	14,6	58,5	411
	Итого за день		9,87	4,19	21,16	162,33		20	1,62	0,26	8,72	44,2	
			37,88	39,04	146,08	1095,78			48,03	51,14	181,88	1373,8	