

Утверждено:

Директор сель СП "детский сад "Росинка"

19.10.2023 № 4 п.г.т. Безенчук  
О.Ю.Лурова

Меню 19 декабря 2023 г. (неделя 2, день 7)

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	Каша молочная вязкая пшеничная	150	5,8	7,7	38,9	249,0	182	200	7,8	10,0	52,0	332,0	182
	Какао с молоком	150	2,8	2,4	20,0	113,1	416	180	3,38	2,88	24,0	135,7	416
	Блинерброд с маслом	25/5/6	3,4	6,16	11,08	113,04	3	30/7/10	4,8	9,1	13,1	147,6	3
Итого за завтрак			10,4	13,26	57,28	475,1			15,98	21,98	89,1	615,3	
Завтрак 2	Сок пакешированный	100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2	
Обед	Салат из свежеты отварной	30	0,48	1,8	3,3	31,2	47	50	0,8	3	5,5	52	47
	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной	150	1,2	3,6	12,3	81,7	82	200	1,6	4,0	16,4	109,0	82
	Комплет дубленая из птицы	50	8,1	12,1	7,8	173,0	327	70	11,34	16,94	10,92	242,20	327
	Картофель тушеный с овощами	110	2,42	8,36	20,9	168,0	312	130	2,86	9,88	24,7	198,9	312
	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			16,26	26,54	85,2	629,15			21,74	34,69	108,32	819,6	
Полдник	Творог из творога с рисом	130	21,6	14,0	22,8	303,0	456	150	22,1	14,66	28,89	336,0	456
	Кисель (сок)	20	0,08	0	2,25	9,53		30	1,22	0	3,38	14,3	
	Чай с сахаром	170	0,08	0	12,44	49,76	411	200	0,09	0	14,6	58,5	411
Итого за полдник			21,76	14,0	37,49	362,29			23,41	14,66	46,87	408,8	
Итого за день			48,96	53,8	190,07	1508,74			61,67	71,33	254,39	1885,9	

