

Меню 20 декабря 2023 г. (неделя 2, день 8)

Ясли (10,5 ч.)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У				Б	Ж	У		
Завтрак 1	Каша молочная вязкая геркулесовая	150	6,7	11,9	45,3	315,8	182	200	8,9	15,9	60,4	421,0	182
		150	2,68	2,01	21,15	113,8	414	180	3,2	2,4	25,5	136,6	414
		15/5/6	2,6	6,05	6,7	81,6	1	20/7/10	3,9	8,9	8,8	116,2	1
Итого за завтрак			11,98	19,96	73,15	511,2			16,0	27,1	94,7	673,8	
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2	
		30	0,4	1,8	3	27,6	52	50	0,6	3,09	3,89	46,05	52
Обед	Салат из свежых овощей	150	1,0	2,9	9,1	67,3	63	200	1,4	3,9	12,1	89,8	83
Итого за обед	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	160	7,1	10,7	3,6	140,0	327	200	9,9	1,5	5,1	196,0	327
		110	2,42	8,36	20,9	168	312	130	11,06	4,5	36	229	306
		20	0,06	0	16,4	65,7	373	30	0,07	0	19,6	78,8	373
		150	1,62	0,32	10,9	44,2	394	180	0,07	0	19,6	78,8	394
Итого за обед	Соус сметанный с томатом	20	1,98	0,36	13,6	54,3		20	1,62	0,26	8,72	44,2	
		30	14,58	24,44	77,5	567,1		40	2,64	0,48	18,12	72,4	
Итого за обед	Хлеб ржаной	70	1,21	0,19	6,54	33,15	265	80	5,92	6,08	8,0	110,4	265
		15	0,08	0	12,44	49,76		20	1,62	0,26	8,72	44,2	
Итого за обед	Хлеб пшеничный	170	6,47	5,51	25,98	179,51	411	200	0,09	0	14,6	58,5	411
Итого за обед	Чай с сахаром		33,57	49,91	186,73	1300,01							
Итого за день			36,28	49,18	198,4	1368,11			51,46	47,17	239,65	1685,35	



Утверждено:
 Исполнительный директор
 ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии» Роспотребнадзора
 О.Ю.Лурова