

Меню 27 декабря 2023 г. (неделя 1, день 3)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Ясли (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Вес блюда	Ясли (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур
			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
	Булочка с маслом	15/5	1,23	4,3	6,6	73,5	1	20/7	1,65	6,06	8,8	99,9	1
Итого за завтрак			6,53	9,6	39,02	272,2			7,43	12,84	49,4	349,1	
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2	
	Салат из квашеной капусты с луком	30	0,48	1,47	3,3	28,5	47	50	1,2	3,4	2,16	44,0	47
Обед	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	150	1,0	2,9	9,1	67,3	63	200	1,4	3,9	12,1	89,8	63
	Плов из птицы	160	15,8	20,2	22,5	348,0	321	200	19,8	25,3	32,1	436,0	321
	Компот из фруктов	150	0,06	0	16,4	65,7	394	180	0,07	0	19,6	78,8	394
	Хлеб пшеничный	20	1,62	0,32	10,9	44,2		20	1,62	0,26	8,72	44,2	
Итого за обед			1,98	0,36	13,6	54,3		40	2,64	0,48	18,12	72,4	
			20,94	25,25	75,8	619,05			26,33	32,44	96,14	768,7	
Полдник	Суфле рыбное	50	8,58	4,0	2,08	79,42	283	70	12,02	5,6	2,92	111,1	283
	Чай с сахаром	170	0,08	0	12,44	49,76	411	200	0,09	0	14,6	58,5	411
Итого за полдник			1,21	0,19	6,64	33,15		20	1,62	0,26	8,72	44,2	
			9,87	4,19	21,16	162,33			13,73	5,86	26,24	213,8	
Итого за день			37,88	39,04	146,08	1095,78			48,03	51,14	181,88	1373,8	



Утверждено:
 Руководитель с/п "детский сад "Росинка"
 БОУ ДООиН № 4 п.г.т.Безенчук
 О.Ю.Гурова