

Меню 29 января 2024 г. (неделя 2, день 6)



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Ясли (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Вес блюда	Сад (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	
<b>Итого за завтрак</b>			<b>7,41</b>	<b>14,22</b>	<b>69,84</b>	<b>456,2</b>			<b>9,58</b>	<b>19,2</b>	<b>90,24</b>	<b>9,58</b>		
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2		
	Икра кабачковая	30	0,42	1,44	2,55	24,9	445	50	0,56	1,92	3,4	33,2	445	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем и фасолью на курином бульоне со сметаной	150	0,96	2,95	6,9	58,0	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	
	Солс 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 ржесной	30	1,98	0,36	13,6	54,3		40	2,64	0,48	18,12	72,4		
	<b>Итого за обед</b>			<b>20,36</b>	<b>21,03</b>	<b>79,52</b>	<b>579,15</b>			<b>27,1</b>	<b>28,21</b>	<b>98,55</b>	<b>743,3</b>	
	Полдник	Пшеница 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
<b>Итого за полдник</b>			<b>9,73</b>	<b>14,36</b>	<b>50,19</b>	<b>364,8</b>			<b>11,34</b>	<b>16,32</b>	<b>56,12</b>	<b>415,3</b>		
<b>Итого за день</b>			<b>38,04</b>	<b>49,61</b>	<b>209,65</b>	<b>1442,35</b>			<b>48,56</b>	<b>63,73</b>	<b>255,01</b>	<b>1800,3</b>		