

Сезон: осень-зима

Меню 25 апреля 2024 г. (неделя 2, день 9)



Прием пищи	Наименование блюда	Ясли (10,5 ч.)			Энергетическая ценность (ккал)			№ рецептуры										
		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 из гречневой крупы	150	6,2	8,4	37,7	252,2	182			200	8,2	11,2	50,9	336,0	182			
	Какао с молоком	150	2,8	2,4	20,0	113,1	416			180	3,38	2,88	24,0	135,7	416			
	Бутерброд 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			12,4	16,96	68,78	478,34					15,88	23,18	88,0	619,3				
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2				100	0,54	0	10,1	42,2				
Обед	Салат из квашеной капусты	30	0,48	1,8	3,3	31,2				50	0,8	2,45	5,5	47,5				
	Суп картофельный с крупой (пишено) на мясном бульоне со сметаной	150	1,4	1,68	14,6	79,3	63			200	1,8	2,24	19,5	105,8	63			
	Котлета рыбная	50	7,1	1,4	4,3	57,9	271			70	9,94	1,96	6,02	81,0	271			
	Картофельное пюре	110	2,64	4,95	17,38	124,3	337			130	3,12	11,44	22,35	204,88	337			
	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	50	1,98	0,36	13,6	54,3				40	2,64	0,48	18,12	72,4				
Итого за обед			15,68	15,24	82,01	467,95					20,8	18,96	104,17	656,68				
Полдник	Ватрушка с творогом	70	9,22	5,48	29,15	202,0	226			80	9,22	6,48	29,18	230,0	226			
	Чай с сахаром	170	0,08	-	12,44	49,76	411			200	0,09	0	14,6	58,5	411			
Итого за полдник			9,3	5,48	41,59	251,76					9,31	6,48	43,78	288,5				
Итого за день			37,92	37,68	202,48	1240,25					46,53	48,62	246,05	1606,68				