

Меню на 04.10.2024.

Рацион: Ясли

День: пятница

Рацион: Сад

День: пятница

Неделя: 2

Неделя: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептур	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
			Б	Ж	У						Б	Ж	У	
Завтрак	Каша кукурузная	150	4	5	27	170	165	Завтрак	Каша кукурузная	180	5	6	33	204
	Кофейный напиток с	170	2	2	12	75	514		Кофейный напиток с	180	3	2	12	79
	Батон	30	2	1	15	78	104		Батон	40	3	1	21	104
	Масло сливочное (5		4		33	119		Масло сливочное (5		4		33
	Сыр поционный.	20	5	5		68	1,04		Сыр поционный.	20	5	5		68
Итого за Завтрак			13	17	54	424		Итого за Завтрак			16	18	66	488
Завтрак второй	Печенье						Завтрак второй	Печенье						
	Яблоко	100			10	44		140	Яблоко	100			10	44
Итого за Завтрак второй					10	44		Итого за Завтрак второй					10	44
Обед	Свекольник.	150	1	3	6	56	145	Обед	Свекольник.	180	2	3	7	67
	Шницель из говядины.	80	10	4	3	88	102		Котлеты из говядины.	80	13	5	3	110
	Картофельное пюре.	120	3	4	6	70	441		Картофельное пюре.	150	3	5	7	84
	Компот из смеси сухофруктов.	150			15	63	522		Компот из смеси сухофруктов.	180	1		18	76
	Хлеб ржаной.	40	3	1	16	82	123		Хлеб ржаной.	50	4	1	20	103
Итого за Обед			17	12	46	362		Итого за Обед			23	14	55	443
Полдник	Молоко						Полдник	Молоко						
	Молоко	180	10	8	15	170		530	Молоко	180	10	8	15	170
	Плюшка	60	3	3	21	121		211	Плюшка	80	3	3	21	121
Итого за Полдник			13	11	36	291		Итого за Полдник			13	11	36	291
Ужин	Яйца вареные.	40	5	5		63	221	Ужин	Яйца вареные.	40	5	5		63
	Суп молочный гречневый	180	4	5	17	134	33,01		Суп молочный гречневый	200	5	6	19	149
	Чай с сахаром.	180			8	34	505		Чай с сахаром.	180			8	34
	Хлеб пшеничный	40	2		15	70	199		Хлеб пшеничный	40	3		20	94
	Итого за Ужин			11	10	40	301			Итого за Ужин			13	11
Итого за день			42	47	203	1422		Итого за день			54	60	261	1806