

## Меню на 21.02.2025.

Рацион: Ясли

День: пятница

Рацион: Сад

Неделя: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептур
			Б	Ж	У					Б	Ж	У		
Завтрак	Каша "Дружба".	150	4	8	17	161	Завтрак	Каша "Дружба".	180	5	10	20	194	275
	Кофейный напиток с	170	3	3	12	85		Кофейный напиток с	180	3	3	13	90	514
	Хлеб пшеничный.	30	2	1	15	79		Хлеб пшеничный.	30	2	1	15	79	125
	Масло сливочное.	5	1	4	1	37		Сыр поционный.	20	5	5		68	1,04
	Сыр поционный.	20	5	5		68		Масло сливочное.	5	1	4	1	37	119
Итого за Завтрак			15	21	45	430	Итого за Завтрак			16	23	49	468	
Обед	Борщ с капустой на курином бульоне.	150	1	3	7	61	Обед	Борщ с капустой на курином бульоне.	180	1	4	8	73	28
	Рыбная котлета	60	10	13	6	179		Рыбная котлета	80	14	17	8	238	399
	Сложный гарнир	120	2	4	8	82		Сложный гарнир	150	2	5	11	110	441
	Компот из смеси	150	2	2	6	54		Компот из смеси	180	3	3	8	65	522
	Хлеб ржаной.	40	3		13	70		Хлеб ржаной.	50	3	1	17	87	123
Итого за Обед			19	24	60	493	Итого за Обед			24	32	75	628	
Полдник	Чай с сахаром.	180			6	23	Полдник	Сок.	200			7	25	218
	Сок.	40	3	3	23	132		Ватрушка	60	4	4	35	199	1 007
Итого за Полдник			3	3	29	155	Итого за Полдник			4	4	42	224	
Ужин	Яйца вареные.	40	5	5		63	Ужин	Яйца вареные.	40	5	5		63	310
	Суп молочный рисовый	180	5	6	19	149		Суп молочный рисовый	200	6	8	23	186	33,01
	Чай с сахаром.	150			5	19		Чай с сахаром.	180			6	23	218
	Хлеб пшеничный.	30	2		15	71		Хлеб пшеничный.	40	3		20	94	199
Итого за Ужин			12	11	39	302	Итого за Ужин			14	13	49	366	
Итого за день			49	59	173	1380	Итого за день			58	72	215	1686	