

## Меню на 24.03.2025

Рацион: Ясли							Рацион: Сад							
День 1							День: 1							
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		
<b>Завтрак</b>							<b>Завтрак</b>							
	Каша пшеничная молочная жидкая	150	3	4	11	94		Каша пшеничная молочная жидкая	180	3	5	13	113	48
	Кофейный напиток с молоком.	170	3	3	12	85		Кофейный напиток с молоком.	180	3	3	13	90	514
	Хлеб пшеничный	30	2	1	15	79		Хлеб пшеничный.	40	3	1	21	105	125
	Масло сливочное.	5	1	4	1	37		Масло сливочное.	5	1	4	1	37	119
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>9</b>	<b>12</b>	<b>39</b>	<b>295</b>	<b>Итого за Завтрак</b>			<b>10</b>	<b>13</b>	<b>48</b>	<b>345</b>	
<b>Обед</b>							<b>Обед</b>							
	Суп картофельный с бобовыми.	150	4	2	9	69		Суп картофельный с бобовыми.	180	5	3	11	83	158
	Тефтели мясные	80	16	14	6	211		Тефтели мясные	80	16	14	6	211	105
	Соус томатный с овощами.	40	1	2	3	30		Соус томатный с овощами.	50	1	2	4	37	466
	Макаронные изделия отварные.	120	4	4	24	148		Макаронные изделия отварные.	150	6	5	30	185	432
	Компот из смеси сухофруктов.	150	2	2	6	54		Компот из смеси сухофруктов.	180	3	3	8	65	522
	Хлеб ржаной.	40	3		13	70		Хлеб ржаной.	50	3	1	17	87	123
<b>Итого за Обед</b>			<b>30</b>	<b>24</b>	<b>61</b>	<b>582</b>	<b>Итого за Обед</b>			<b>34</b>	<b>28</b>	<b>76</b>	<b>668</b>	
<b>Полдник</b>							<b>Полдник</b>							
	Молоко кипяченое.	180	5	6	9	108		Молоко кипяченое.	200	6	6	10	120	529
	Хлеб пшеничный с повидлом	35	1	10	7	117		Хлеб пшеничный с повидлом	55	2	15	10	184	68
<b>Итого за Полдник</b>			<b>6</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>225</b>	<b>Итого за Полдник</b>			<b>8</b>	<b>21</b>	<b>20</b>	<b>304</b>	
<b>Ужин</b>							<b>Ужин</b>							
	Соус молочный	40			5	23		Соус молочный	50	10	8	43	237	326
	Котлеты овощные	140	8	7	35	195		Котлеты овощные	180			6	23	218
	Чай с сахаром.	180			6	23		Чай с сахаром	180			5	23	140
	Хлеб пшенични	30	1	10	7	117		Хлеб пшеничн	40	1	10	7	117	68
<b>Итого за Ужин</b>			<b>8</b>	<b>7</b>	<b>46</b>	<b>241</b>	<b>Итого за Ужин</b>			<b>10</b>	<b>8</b>	<b>54</b>	<b>283</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>42</b>	<b>47</b>	<b>203</b>	<b>1443</b>	<b>Итого за день</b>			<b>54</b>	<b>60</b>	<b>261</b>	<b>1809</b>	