

## Меню 10.02.2025.

Рацион: Ясли

День: понедельник

Рацион: Сад

Неделя: 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>														
	Каша пшеничная	150	3	4	11	94		Каша пшеничная	180	3	5	13	113	48
	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.	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>														
	Суп картофельный с бобовыми.	150	4	2	9	69		Суп картофельный с бобовыми.	180	5	3	11	83	158
	Тефтели мясные	60	12	10	5	158		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
	Греча отварная	120	3	4	31	175		Греча отварная	150	4	5	39	219	424
	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
<b>Итого за Обед</b>			<b>25</b>	<b>20</b>	<b>67</b>	<b>556</b>	<b>Итого за Обед</b>			<b>32</b>	<b>28</b>	<b>85</b>	<b>702</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>														
	Яблоко	100			5	23		Пудинг творожный с соусом	170	29	10	46	314	341
	Пудинг творожный с соусом	150	26	9	41	277		Чай с сахаром.	180			6	23	218
	Чай с сахаром.	180			6	23		Яблоко	100			5	23	140
<b>Итого за Ужин</b>			<b>26</b>	<b>9</b>	<b>52</b>	<b>323</b>	<b>Итого за Ужин</b>			<b>29</b>	<b>10</b>	<b>57</b>	<b>360</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>66</b>	<b>57</b>	<b>174</b>	<b>1399</b>	<b>Итого за день</b>			<b>79</b>	<b>72</b>	<b>210</b>	<b>1711</b>	