

Меню на 30.01.2025.

Рацион: Ясли

День: четверг

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		
Завтрак						Завтрак								
	Каша пшеничная	150	6	7	27	200		Каша пшеничная	180	7	9	32	240	282
	Какао с молоком.	170	3	3	11	85		Какао с молоком.	180	3	3	12	90	508
	Батон.	30	2	1	15	79		Батон.	30	2	1	15	79	125
	Масло сливочное.	5	1	4	1	37		Масло сливочное.	5	1	4	1	37	119
Итого за Завтрак			12	15	54	401	Итого за Завтрак			13	17	60	446	
Обед						Обед								
	Рассольник ленинградский.	150	1	3	8	73		Рассольник ленинградский.	180	2	4	9	88	148
	Шницель натуральный	60	10	13	6	179		Шницель натуральный	80	14	17	8	238	399
	Рагу из овощей.	180	4	5	28	174		Рагу из овощей.	200	5	6	35	218	88
	Сок фруктовый.	180	1		18	83		Сок фруктовый.	180	1		18	83	214
	Хлеб ржаной.	40	3		13	70		Хлеб ржаной.	50	3	1	17	87	123
Итого за Обед			19	21	73	579	Итого за Обед			25	28	87	714	
Полдник						Полдник								
	Молоко кипяченое.	180	5	6	9	108		Молоко кипяченое.	200	6	6	10	120	529
	Кондитерское изделие	20	2	2	15	83		Кондитерское изделие	50	4	5	37	208	0,01
Итого за Полдник			7	8	29	214	Итого за Полдник			10	11	52	351	
Ужин						Ужин								
	Салат из свеклы с чесноком.	40	1	4	3	50		Салат из свеклы с чесноком.	50	1	5	4	63	69
	Кнели рыбные припущенные.	140	24	2	11	161		Кнели рыбные припущенные.	160	28	3	12	184	345
	Соус томатный с	50	1	2	5	36		Соус томатный с	50	1	2	5	36	116
	Чай с сахаром.	180			6	23		Чай с сахаром.	180			6	23	218
	Хлеб пшеничный.	30	2		15	71		Хлеб пшеничный.	40	3		20	94	199
Итого за Ужин			28	8	40	341	Итого за Ужин			33	10	47	400	
Итого за день			66	52	196	1535	Итого за день			81	66	246	1911	