

Меню на 31.01.2025.

Рацион: Ясли

День: пятница

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	Каша кукурузная	150	3	5	7	78	Завтрак	Каша кукурузная	180	3	6	8	94	165
	Кофейный напиток с	170	3	3	12	85		Кофейный напиток с	180	3	3	13	90	514
	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
	Сыр поционный.	20	5	5		68		Сыр поционный.	15	4	4		51	1,04
Итого за Завтрак			14	18	35	347	Итого за Завтрак			13	18	37	351	
Обед	Щи из свежей капусты на курином бульоне.	150	1	2	6	50	Обед	Щи из свежей капусты на курином бульоне.	180	1	3	7	60	30
	Суфле куриное с томатным соусом	150/40	18	17	22	251		Суфле куриное с томатным соусом	180/50	22	20	26	302	418
	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.	40	3		13	70	123
	Итого за Обед			25	23	51		461	Итого за Обед			30	29	60
Полдник	Чай с сахаром.	180			6	23	Полдник	Чай с сахаром.	200			7	25	218
	Плюшка	50	5	5	28	171		Плюшка	60	6	6	33	205	135
Итого за Полдник			5	5	34	194	Итого за Полдник			6	6	40	230	
Ужин	Яйца вареные.	40	5	5		63	Ужин	Яйца вареные.	40	5	5		63	310
	Суп молочный гречневый	150	4	4	12	97		Суп молочный гречневый	180	4	5	15	117	217
	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			11	9	33	254	Итого за Ужин			12	10	41	297	
Итого за день			55	55	153	1456	Итого за день			61	63	178	1425	