

Меню на

17.03.2025.

Рацион: Ясли

День: 6

Рацион: Сад

День: 6

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 пшеничная	150	3	4	11	94	Завтрак	Каша пшеничная	180	3	5	13	113	48
	молочная жидкая							молочная жидкая						
	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	2	1	15	79	125
	Масло сливочное.	5	1	4	1	37		Масло сливочное.	5	1	4	1	37	119
Итого за Завтрак			9	12	39	295	Итого за Завтрак			9	13	42	319	
Обед	Суп из овощей.	150	1	4	9	75	Обед	Суп из овощей.	180	2	4	11	89	221
	Плов из отварной птицы.	150	25	29	27	475		Плов из отварной птицы.	200	34	39	37	633	416
	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			31	35	55	674	Итого за Обед			42	47	73	874	
Полдник	Сок	180			6	23	Полдник	Сок	200			7	25	218
	Булочка домашняя.	40	3	4	19	126		Булочка домашняя.	60	4	7	28	189	578
Итого за Полдник			3	4	25	149	Итого за Полдник			4	7	35	214	
Ужин	Яйца вареные.	40	5	5		63	Ужин	Яйца вареные.	40	5	5		63	310
	Суп - пюре из разных овощей.	180	2	3	5	60		Суп - пюре из разных овощей.	200	2	4	6	66	176
	Чай с сахаром.	180			6	23		Чай с сахаром.	180			6	23	218
	Гренки из пшеничного хлеба .	30	4		20	105		Гренки из пшеничного хлеба .	40	5		27	141	185
Итого за Ужин			11	8	31	251	Итого за Ужин			12	9	39	293	
Итого за день			44	47	203	1469	Итого за день			57	62	261	1800	