

Меню на 17.09.2024.

Рацион: Ясли

День: вторник

Рацион: Сад

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Неделя: 2			Энергетическая	№ рецептур	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Неделя: 2			Энергетическая	
			Пищевые вещества (г)								Пищевые вещества (г)				
			Б	Ж	У						Б	Ж	У		
Завтрак	Каша рисовая	150	4	5	24	156	283	Завтрак	Каша рисовая	180	5	6	29	187	
	Какао с молоком.	150	2	2	10	71	508		Какао с молоком.	180	3	3	12	85	
	Батон	30	2	1	15	78	104		Батон	40	3	1	21	104	
	Масло сливочное (5		4		33	119		Масло сливочное (5		4		33	
Итого за Завтрак						8	12	49	338	Итого за Завтрак					
Завтрак вто	Яблоко	100			10	44	140	Завтрак вто	Яблоко	100			10	44	
Итого за Завтрак второй							10	44	Итого за Завтрак второй						
Обед	Щи из свежей	150	1	3	4	50	156	Обед	Щи из свежей	180	1	3	5	60	
	Сметана.	20				3	214		Сметана.	20				3	
	Котлеты,биточки,шн	60	8	7	6	118	391		Котлеты,биточки,шн	80	10	9	8	157	
	Греча отварная	100	2	3	12	86	184		Греча отварная	120	2	3	14	104	
	Соус томатный с	40	1	2	3	30	466		Соус томатный с	50	1	2	4	37	
	Компот из свежих	150			8	35	521		Компот из свежих	180			10	41	
	Хлеб ржаной.	40	3	1	16	82	123		Хлеб ржаной.	50	4	1	20	103	
Итого за Обед						15	16	49	404	Итого за Обед					
Полдник	Сок фруктовый.	180	1		18	77	532	Полдник	Сок фруктовый.	180	1		18	77	
	Сдоба	30	2	3	22	125	604		Сдоба	30	2	3	22	125	
Итого за Полдник						3	3	40	202	Итого за Полдник					
Ужин	Яйца вареные.	40	5	5		63	221	Ужин	Яйца вареные.	40	5	5		63	
	Суп-пюре из разных	180	2	3	5	60	46		Суп-пюре из разных	200	2	4	6	66	
	Чай с сахаром.	180			8	34	505		Чай с сахаром.	180			8	34	
	Хлеб пшеничный	030	2		15	70	199		Хлеб пшеничный	40	3		20	94	
Итого за Ужин						9	8	28	227	Итого за Ужин					
Итого за день						35	39	176	1415	Итого за день					