

# Меню на 01.10.2024.

Рацион: Ясли

День: вторник

Рацион: Сад

День: вторник

Неделя: 2								Неделя: 2							
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептур	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	
			Б	Ж	У						Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>								<b>Завтрак</b>							
	Каша рисовая	150	4	5	24	156	283		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	
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>8</b>	<b>12</b>	<b>49</b>	<b>338</b>		<b>Итого за Завтрак</b>			<b>11</b>	<b>14</b>	<b>62</b>	<b>409</b>	
<b>Завтрак вто</b>								<b>Завтрак вто</b>							
	Яблоко	100			10	44	140		Яблоко	100			10	44	
<b>Итого за Завтрак второй</b>					<b>10</b>	<b>44</b>		<b>Итого за Завтрак второй</b>					<b>10</b>	<b>44</b>	
<b>Обед</b>								<b>Обед</b>							
	Щи из свежей	150	1	3	4	50	156		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	
<b>Итого за Обед</b>			<b>15</b>	<b>16</b>	<b>49</b>	<b>404</b>		<b>Итого за Обед</b>			<b>18</b>	<b>18</b>	<b>61</b>	<b>505</b>	
<b>Полдник</b>								<b>Полдник</b>							
	Сок фруктовый.	180	1		18	77	532		Сок фруктовый.	180	1		18	77	
	Сдоба	30	2	3	22	125	604		Сдоба	30	2	3	22	125	
<b>Итого за Полдник</b>			<b>3</b>	<b>3</b>	<b>40</b>	<b>202</b>		<b>Итого за Полдник</b>			<b>3</b>	<b>3</b>	<b>40</b>	<b>202</b>	
<b>Ужин</b>								<b>Ужин</b>							
	Яйца вареные.	40	5	5		63	221		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	
<b>Итого за Ужин</b>			<b>9</b>	<b>8</b>	<b>28</b>	<b>227</b>		<b>Итого за Ужин</b>			<b>10</b>	<b>9</b>	<b>34</b>	<b>257</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>35</b>	<b>39</b>	<b>176</b>	<b>1415</b>		<b>Итого за день</b>			<b>42</b>	<b>44</b>	<b>207</b>	<b>1817</b>	