

Меню на 15.10.2024.

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		
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			11	14	62	409	
Завтрак вто	Печенье	15						Завтрак втор	Печенье	20					
	Яблоко	100			10	44	140		Яблоко	100			10	44	
Итого за Завтрак второй					10	44		Итого за Завтрак второй					10	44	
Обед	Щи из свежей	150	1	3	4	50	156	Обед	Щи из свежей	180	1	3	5	60	
	Жаркое по-домашнему	180	8	7	6	118	391		Жаркое по-домашнему	200	10	9	8	157	
	Салат из квашенной капусты	40	2	3	12	86	184		Салат из квашенной капусты	50	2	3	14	104	
	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			18	18	61	505	
Полдник	Йогурт	180	1		18	77	532	Полдник	Йогурт	180	1		18	77	
	Сдоба обыкновенная с	30	2	3	22	125	604		Сдоба обыкновенная с	30	2	3	22	125	
	Итого за Полдник			3	3	40	202			Итого за Полдник			3	3	40
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			10	9	34	257	
Итого за день			35	39	176	1415		Итого за день			42	44	207	1817	