

## Меню на 04.09.2024.

Рацион: Ясли

День: среда

Рацион: Сад

День: среда

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 манная	150	5	5	23	153	182	Завтрак	Каша манная	180	5	6	27	184	
	Кофейный напиток с	170	2	2	12	75	514		Кофейный напиток с	180	3	2	12	79	
	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			9	12	50	339		Итого за Завтрак			11	13	60	400	
Завтрак вто	Яблоко	100			10	44	140	Завтрак вто	Яблоко	100			10	44	
	Итого за Завтрак второй					10	44		Итого за Завтрак второй					10	44
Обед	Салат из квашеной	40	1	4	1	45	58	Обед	Салат из квашеной	50	1	5	2	56	
	Суп из овощей с	150	1	3	4	44	39		Суп из овощей с	180	1	3	5	53	
	Жаркое по-	150	16	12	22	259	379		Жаркое по-	200	21	16	29	345	
	Компот из смеси	150			15	63	522		Компот из смеси	180			1	18	76
	Хлеб ржаной.	40	3	1	16	82	123		Хлеб ржаной.	50	4	1	20	103	
Итого за Обед			21	20	58	493		Итого за Обед			28	25	74	633	
Полдник	Молоко	180	5	5	9	96	529	Полдник	Молоко	200	6	5	10	107	
	Булочка домашняя.	50	3	6	23	157	578		Булочка домашняя.	60	4	7	28	189	
Итого за Полдник			8	11	32	253		Итого за Полдник			10	12	38	296	
Ужин	Салат из свеклы с	40	1	8	7	107	302,01	Ужин	Салат из свеклы с	50	1	10	9	133	
	Омлет натуральный.	100	13	20	3	241	311		Омлет натуральный.	180	23	35	6	434	
	Чай с сахаром.	180			8	34	505		Чай с сахаром.	180			8	34	
	Хлеб пшеничный	30	2		15	70	199		Хлеб пшеничный	40	3		20	94	
Итого за Ужин			16	28	33	452		Итого за Ужин			27	45	43	695	
Итого за день			54	71	183	1581		Итого за день			76	95	225	1868	