

Меню на 18.09.2024.

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							Завтрак							
	Каша манная	150	5	5	23	153	182		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							Завтрак вто							
	Яблоко	100			10	44	140		Яблоко	100			10	44
Итого за Завтрак второй					10	44		Итого за Завтрак второй					10	44
Обед							Обед							
	Салат из квашеной	40	1	4	1	45	58		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							Полдник							
	Молоко	180	5	5	9	96	529		Молоко	200	6	5	10	107
	Баранки сдобные	40	3	6	23	157	578		Баранки сдобные	40	4	7	28	189
Итого за Полдник			8	11	32	253		Итого за Полдник			10	12	38	296
Ужин							Ужин							
	Салат из свеклы с	40	1	8	7	107	302,01		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