

Меню на 23.01.2025.

Рацион: Ясли

День: четверг

Рацион: Сад

Неделя: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептур
			Б	Ж	У					Б	Ж	У		
Завтрак	Каша пшеничная	150	3	4	11	94	Завтрак	Каша пшеничная	180	3	5	13	113	48
	Какао с молоком.	170	3	3	11	85		Какао с молоком.	180	3	3	12	90	508
	Батон.	30	2	1	15	79		Батон.	30	2	1	15	79	125
	Масло сливочное.	5	1	4	1	37		Масло сливочное.	5	1	4	1	37	119
Итого за Завтрак			9	12	38	295	Итого за Завтрак			9	13	41	319	
Обед	Рассольник	150	1	3	8	73	Обед	Рассольник	180	2	4	9	88	148
	Тефтели мясные в соусе	60	16	14	8	224		Тефтели мясные в соусе	80	21	19	11	299	208
	Макароны отварные	120	1	2	3	33		Макароны отварные	150	1	3	5	46	1 005
	Сок фруктовый.	150	1		15	69		Сок фруктовый.	180	1		18	83	214
	Хлеб ржаной.	40	3		13	70		Хлеб ржаной.	50	3	1	17	87	123
Итого за Обед			22	19	47	469	Итого за Обед			28	27	60	603	
Полдник	Яблоко	100					Полдник	Яблоко	100					
	Молоко кипяченое.	180	5	6	9	108		Молоко кипяченое.	200	6	6	10	120	529
	Кондитерское изделие	20	2	2	15	83		Кондитерское изделие	50	4	5	37	208	0,01
Итого за Полдник			7	8	24	191	Итого за Полдник			10	11	47	328	
Ужин	Колета овощная	120	2	5	7	78	Ужин	Котлета овощная	160	2	6	8	98	61
	Соус молочный	40	27	12	10	253		Соус молочный	50	32	14	11	304	86
	Чай с сахаром.	180			6	23		Чай с сахаром.	180			6	23	218
	Хлеб пшеничный.	30	2		15	71		Хлеб пшеничный.	40	3		20	94	199
Итого за Ужин			31	17	38	425	Итого за Ужин			37	20	45	519	
Итого за день			69	56	147	1380	Итого за день			84	71	193	1769	