

Меню на 03.10.2024.

Рацион: Ясли

День: четверг

Рацион: Сад

День: четверг

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 "Дружба".	150	4	5	20	139	275	Завтрак	Каша "Дружба".	180	5	6	24	167		
	Какао с молоком.	170	3	2	12	80	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		9	12	47	330			Итого за Завтрак		11	14	57	389		
Завтрак второй	Банан	100	2		22	91	140,03	Завтрак второй	Банан	100	2		22	91		
	Итого за Завтрак второй		2		22	91			Итого за Завтрак второй		2		22	91		
Обед	Рассольник	150	2	3	8	66	148	Обед	Рассольник	180	2	4	10	79		
	Кнели с рисом	160	18	16	10	262	400		Кнели с рисом	160	21	19	11	299		
	Икра морковная	50	1	2	4	36	204		Икра морковная	70	1	3	6	50		
	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		24	22	46	484		Итого за Обед		28	27	57	575				
Полдник	Йогурт	180	1		18	77	532	Полдник	Йогурт	180	1		18	77		
	Сушки	30	3		21	101	202		Сушки	30	3		21	101		
Итого за Полдник		4		39	178		Итого за Полдник		4		39	178				
Ужин	Салат свекольный	40	1	10	7	127	90	Ужин	Салат свекольный	50	2	14	10	178		
	Суфле рыбное.	160	25	11	9	236	86		Суфле рыбное.	180	32	14	11	304		
	Чай с сахаром.	180			8	34	505		Чай с сахаром.	180			8	34		
	Хлеб пшеничный	40	2		15	70	199		Хлеб пшеничный	40	3		20	94		
Итого за Ужин		28	21	39	467		Итого за Ужин		37	28	49	610				
Итого за день		42	47	203	1550		Итого за день		54	60	261	1843				