

Меню на

06.03.2025.

Рацион: Ясли

День: 9

Рацион: Сад

День: 9

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	6	7	27	200	Завтрак	Каша пшеничная	180	5	7	25	179	96
	Какао с молоком.	170	3	3	11	85		Какао с молоком.	180	3	3	12	90	508
	Хлеб пшеничный.	30	2	1	15	79		Хлеб пшеничный.	40	2	1	15	79	125
	Масло сливочное.	5	1	4	1	37		Масло сливочное.	5	1	4	1	37	119
	Итого за Завтрак		12	15	54	401		Итого за Завтрак		11	15	53	385	
Обед	Рассольник ленинградский.	150	1	3	8	73	Обед	Рассольник ленинградский.	180	2	4	9	88	148
	Тефтели мясные	60	12	10	5	158		Тефтели мясные в	100					398
	Капуста тушеная.	120	3	4	40	94		Капуста тушеная.	150	3	5	50	118	435
	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		20	17	81	464		Итого за Обед		9	10	94	376	
Полдник	Молоко кипяченое.	180	5	6	9	108	Полдник	Молоко кипяченое.	200	6	6	10	120	529
	Ватрушка с повидлом.	40	4	2	50	235		Ватрушка с повидлом.	60	6	3	75	352	554
	Итого за Полдник		9	8	59	343		Итого за Полдник		12	9	85	472	
Ужин	Макаронные изделия с тертым сыром	180	8	8	22	204	Ужин	Макаронные изделия с тертым сыром	200	9	9	24	226	76
	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		10	8	43	298		Итого за Ужин		12	9	50	343	
Итого за день		42	47	203	1506	Итого за день		54	62	261	1476			