

Меню на 01.04.2025г

Рацион: Ясли							Рацион: Сад								
День: 7							День: 7								
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	№ рецептур	
			Б	Ж	У					Б	Ж	У			
Завтрак							Завтрак								
	Каша овсяная жидкая (2 злака)	150	5	7	22	170		Каша овсяная жидкая (2 злака)	180	6	8	26	204	132	
	Какао с молоком.	150	3	3	10	75		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	
	Сыр поционный.	20	5	5		68		Сыр поционный.	20	5	5		68	1,04	
Итого за Завтрак			16	20	48	429	Итого за Завтрак			17	21	54	478		
Обед							Обед								
	Щи из свежей капусты на курином бульоне.	180	1	3	7	60		Щи из свежей капусты на курином бульоне.	180	1	3	7	60	30	
	Котлеты,биточки,шницеля.	60	8	7	6	118		Котлеты,биточки,шницеля.	80	10	9	8	157	391	
	Макаронные изделия с соусом	120/40	4	5	28	174		Макаронные изделия с соусом	150/50	5	6	35	218	88	
	Компот яблочный	150	1		15	69		Компот яблочный	180	1		18	83	214	
	Хлеб ржаной.	40	3		13	70		Хлеб ржаной.	50	3	1	17	87	123	
Итого за Обед			17	15	69	491	Итого за Обед			20	19	85	605		
Полдник							Полдник								
	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							Ужин								
	Салат из свеклы и моркови..	40	1	8	7	106		Салат из свеклы и моркови..	50	2	10	9	133	61	
	Омлет натуральный	150	16	18	7	255		Омлет натуральный	180	19	22	8	306	77	
	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			19	26	35	455	Итого за Ужин			24	32	43	556		
Итого за день			42	49	200	1466	Итого за день			56	62	263	1867		