

МЕНЮ НА 30.04.2025г

Рацион: Ясли				День: 8			Рацион: Сад				День: 8				
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							Завтрак								
	Каша рисовая молочная жидкая.	150	4	7	24	177		Каша рисовая молочная жидкая.	180	5	8	29	213	283	
	Кофейный напиток с молоком.	170	3	3	12	85		Кофейный напиток с молоком.	180	3	3	13	90	514	
	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			10	15	52	378	Итого за Завтрак			11	16	58	419		
Обед							Обед								
	Борщ с капустой и картофелем.	150	1	3	7	61		Борщ с капустой и картофелем.	180	1	4	8	73	142	
	Жаркое по-домашнему	150	17	12	13	225		Жаркое по-домашнему	180	21	14	15	270	387	
	Овощи порционно	40	2	4	4	17		Овощи порционно	50	2	5	5	22	446	
	Компот из смеси сухофруктов.	150	2	2	6	54		Компот из смеси сухофруктов.	180	3	3	8	65	522	
	Хлеб ржаной.	40	3		13	70		Хлеб ржаной.	50	3	1	17	87	123	
Итого за Обед			25	21	43	427	Итого за Обед			30	27	53	517		
Полдник							Полдник								
	Кефир	180	10	15	6	23		Кефир	200	10	15	7	25	218	
	Хлеб пшеничный с повидлом	35	1	10	7	117		Хлеб пшеничный с повидлом	55	2	15	10	184	68	
Итого за Полдник			11	25	13	140	Итого за Полдник			12	30	17	209		
Ужин							Ужин								
	Фрукты.	100	3		52	222		Фрукты.	100	3		52	222	111,02	
	Пудинг творожный запеченный.	140	23	8	31	286		Пудинг творожный запеченный.	170	27	10	38	347	329	
	Чай с сахаром.	180			6	23		Чай с сахаром.	180			6	23	218	
	Соус сладкий	20	2	15	10	184		Соус сладкий	20	2	15	10	184	68	
Итого за Ужин			26	8	89	531	Итого за Ужин			30	10	96	592		
Итого за день			41	49	205	1476	Итого за день			53	62	263	1897		