

Меню на 09.11.2023г (с 3-7л)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
День 9							
завтрак	Каша рисовая молочная	200	4,9	6,7	29,9	200,7	
	Кофейный напиток	180	4,2	3,4	18,8	123,3	
	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
	Сыр	15	3,45	4,45	0	54,5	
Итого		425	14,9	15,5	64,1	457,1	
II завтрак	Сок	180	0,9	0,18	17,71	76,9	
Итого		180	0,9	0,18	17,71	76,9	
обед	Салат «Витаминный»	60	2,95	5,04	4,78	67,8	
	Борщ с говядиной и сметаной	250	5	7,7	12,7	143,1	
	Гуляш из отварного мяса кур	80	6	7,6	2,47	164,8	
	Картофельное пюре	180	3,67	5,76	24,5	164,7	
	Компот из сухофруктов	180	0	0	14	55,8	
	Хлеб пшеничный	40	3,2	1,2	20	104	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,33	12,3	60	
	Итого		820	22,8	27,6	90,78	760,2
Уплотненный полдник	Суп молочный с макаронами	200	6,68	7,33	21,9	179	
	Чай с лимоном	180	0,1	0	11,7	48,1	
	Вафли	40	1,1	1,3	30,9	141,6	
Итого		420	7,88	8,63	64,45	368,7	
Итого за 9 день	Итого за весь день	1845	46,4	51,9	237	1662,9	

Старший воспитатель



Ю.В.Лешукова