

Меню на 07.09.2023г (с 1,5-3 л)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
День 4							
завтрак	Каша ячневая молочная	155	4,4	6,2	31,2	199	
	Кофейный напиток	150	3,5	2,8	15,7	102,9	
	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
	Масло сливочное	5	0,05	4,2	0,05	37,5	
	Яйцо отварное 1/2	20	2,6	2,3	0,15	32	
Итого		12,9	10,3	16,4	62,5	450	
II завтрак	Сок	150	0,75	0,2	14,85	64,5	
Итого		150	0,75	0,2	14,85	64,5	
обед	Огурец свежий	30	0,2	0	0,7	4,2	
	Рассольник с говядиной	150	3,8	5,7	9	104,3	
	Голубцы ленивые	150	10,6	6,8	15,09	164	
	Компот из сухофруктов	150	0	0	11,6	46,5	
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,9	15	78	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,2	0,4	13,7	66	
	Итого		540	19,2	14	65,09	463
Уплотненный полдник	Макароны с маслом	100	4,68	5,7	22,55	161,95	
	Кабачковая икра	30	0,78	1,6	1,71	23,7	
	Чай с молоком	150	2,2	1,8	13,2	78,4	
	Вафли	20	0,6	0,7	15,5	70,8	
Итого		300	8,26	9,8	52,96	334,85	
Итого за 4 день	Итого за весь день	1350	41,1	40	195,4	1312,35	

Старший воспитатель



Ю.В.Лешукова

