

Меню на 14.12.2023г (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                           |             |
| Итого               |                        | 340       | 10,3                 | 14,1 | 62,35    | 418                            |             |
| II завтрак          | Сок                    | 150       | 0,75                 | 0,2  | 14,85    | 64,5                           |             |
| Итого               |                        | 150       | 0,75                 | 0,2  | 14,85    | 64,5                           |             |
| обед                | Винегрет               | 30        | 0,63                 | 3    | 3,91     | 44,72                          |             |
|                     | 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                  | 19,6 | 17       | 68,3                           | 503,52      |
| 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     | 1330      | 38,9                 | 41   | 198,5    | 1320,87                        |             |

Старший воспитатель



Ю.В.Лешукова

Меню на 14.12.2023г (с 3-7л)

| Прием пищи          | Наименование блюда     | Вес блюда | Пищевые вещества (г) |       |          | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|---------------------|------------------------|-----------|----------------------|-------|----------|--------------------------------|-------------|
|                     |                        |           | белки                | жиры  | углеводы |                                |             |
| День 4              |                        |           |                      |       |          |                                |             |
| завтрак             | Каша ячневая молочная  | 200       | 6,9                  | 6,9   | 33,4     | 223,5                          |             |
|                     | Кофейный напиток       | 180       | 4,2                  | 3,4   | 18,8     | 123,3                          |             |
|                     | Батон нарезной         | 30        | 2,3                  | 0,9   | 15,4     | 78,6                           |             |
|                     | Масло сливочное        | 5         | 0,05                 | 4,2   | 0,05     | 37,5                           |             |
| Итого               |                        | 415       | 13,5                 | 15,4  | 67,65    | 462,9                          |             |
| II завтрак          | Сок                    | 180       | 0,9                  | 0,18  | 17,71    | 76,9                           |             |
| Итого               |                        | 180       | 0,9                  | 0,18  | 17,71    | 76,9                           |             |
| Обед                | Винегрет               | 60        | 0,92                 | 4,06  | 5,63     | 61,68                          |             |
|                     | Рассольник с говядиной | 250       | 4,6                  | 7,4   | 14,7     | 147,1                          |             |
|                     | Голубцы ленивые        | 200       | 14,1                 | 9     | 20,26    | 219                            |             |
|                     | 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               |                        | 760       | 24,8                 | 22    | 86,89    | 647,58                         |             |
| Уплотненный полдник | Макароны с маслом      | 200       | 9,36                 | 11    | 45,1     | 323,9                          |             |
|                     | Кабачковая икра        | 60        | 1,56                 | 3,2   | 3,42     | 47,4                           |             |
|                     | Чай с молоком          | 180       | 1,35                 | 1,2   | 14,31    | 72,9                           |             |
|                     | Вафли                  | 40        | 1,1                  | 1,3   | 30,9     | 141,6                          |             |
| Итого               |                        | 480       | 13,4                 | 17    | 93,73    | 585,8                          |             |
| Итого за 4 день     | Итого за весь день     | 1835      | 52,6                 | 54,58 | 265,98   | 1773,18                        |             |

Старший воспитатель



Ю.В.Лешукова