

Меню на 20.11.2023г (с 1,5-3 л)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	
			белки	жиры	углеводы			
День 6								
завтрак	Каша манная молочная	130	4,1	5,5	20,1	147,1		
	Какао с молоком	150	4,4	3,7	16,3	116,7		
	Багон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
	Масло сливочное	5	0,05	4,15	0,05	37,5		
Итого		315	10,9	14,3	51,85	379,9		
II завтрак	Сок	150	0,75	0,15	14,85	64,5		
	Печенье	20	1,5	2	15	83,4		
Итого		170	2,25	2,15	29,85	147,9		
обед	Салат из квашеной капусты	30	0,51	1,7	3,19	29,64		
	Суп с рыбными консервами	160	5,2	5	8,59	100,35		
	Гефтели рыбные	60	12,9	3,7	8,2	117		
	Соус томатный	50	0,5	1,86	3,46	33,45		
	Каша гречневая	130	6,33	5,65	31,1	204,9		
	Компот из сухофруктов	150	0	0	11,6	46,5		
	Хлеб пшеничный	30	0,03	0	15	78		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,2	0,4	13,7	66		
	Итого		640	27,7	18,2	94,84	675,84	
	Уплотненный полдник	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,45	137,25	
Салат витаминный		30	0,48	3,36	3,2	45,2		
Чай с лимоном		150	0,1	0	9,9	40,7		
Хлеб пшеничный		30	0,03	0	15	78		
Итого		360	3,67	8,16	48,55	301,15		
Итого за день	Итого за весь день	1485	44,52	42,81	225,09	1504,79		

Старший воспитатель



Ю.В.Лешукова

Меню на 20.11.2023г (с 3-7л)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	
			белки	жиры	углеводы			
День 6								
завтрак	Каша манная молочная	200	5,9	6,7	29,7	202,9		
	Какао с молоком	180	5,4	4,5	19,2	138,9		
	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
	Масло сливочное	5	0,05	4,15	0,05	37,5		
Итого		415	13,7	16,3	64,35	457,9		
II завтрак	Сок	180	0,9	0,18	17,71	76,9		
	Печенье	40	3	3,9	29,8	166,8		
Итого		220	3,9	4,08	47,51	243,7		
обед	Салат из квашеной капусты	60	0,77	2,58	4,79	44,47		
	Суп с рыбными консервами	200	6,88	6,72	11,46	133,8		
	Тефтели рыбные	80	17,4	3,9	10,9	147,8		
	Соус томатный	50	0,5	1,86	3,46	33,45		
	Каша гречневая	150	7,6	6,8	37,3	245,9		
	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		790	38,3	23,4	114,2	825,22	
	Уплотненный полдник	Картофельное пюре	180	3,67	5,8	24,53	164,7	
Салат витаминный		60	0,72	5,04	4,78	67,8		
Чай с лимоном		180	0,1	0	11,7	48,1		
Хлебпшеничный		30	0,03	0	15	78		
Итого		450	4,52	10,8	56,01	358,6		
Итогозаб день	Итогозавесьдень	1875	60,4	54,5	282,1	1885,42		

Старший воспитатель



Ю.В.Лешукова