

Меню на 20.12.2023г (с 1,5-3 л)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
День 8							
завтрак	Каша гречневая молочная	130	4,3	5,8	25,4	172,4	
	Какао с молоком	150	4,4	3,7	16,3	116,7	
	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
	Повидло	10	0	0	6,6	25,2	
Итого		320	11	10,4	63,7	392,9	
II завтрак	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	
Итого		100	0,4	0,4	9,8	47	
	Суп с клёцками, курицей и сметаной	150	6,4	5,8	13,6	131,9	
	Капуста тушёная	150	3	5	14,1	115,7	
	Курица отварная	70	15,6	9,95	0	162,73	
	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		580	27,2	21,2	68	600,83	
Уплотненный полдник	Рыба ,запечённая в омлете	120	21,3	5,54	3,5	148	
	Чай с молоком	150	2,2	1,8	13,2	78,4	
	Хлеб пшеничный	30	0,03	0	15	78	
Итого		300	23,5	7,34	31,7	304,4	
Итого за 8день	Итого за весь день	1300	62,1	39,3	173,2	1345,13	

Старший воспитатель



Ю.В.Лешукова

Меню на 20.12.2023г (с 3-7л)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
День 8							
завтрак	Каша гречневая молочная	200	6,7	8,4	23,9	197,9	
	Какао с молоком	180	5,4	4,5	19,2	138,9	
	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
	Повидло	15	0	0	9,9	37,8	
Итого		425	14,4	13,8	68,4	453,2	
II завтрак	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	
Итого		100	0,4	0,4	9,8	47	
обед	Суп с клёцками, курицей и сметаной	250	6	6	21,4	165	
	Капуста тушёная	150	3,2	4,1	14,6	109,7	
	Курица отварная	80	17,8	11,3	0	185,98	
	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		730	32,2	125	82,3	680,48	
Уплотненный полдник	Рыба, запечённая в омлете	180	21,8	11,9	15,56	256	
	Чай с молоком	180	1,35	1,17	14,31	72,9	
	Хлеб пшеничный	40	3,2	1,2	20	104	
Итого		400	26,3	14,3	49,87	432,9	
Итого за 8 день	Итого за весь день	1655	73,3	153	210,4	1613,58	

Старший воспитатель



Ю.В.Лешукова