

Меню на 22.12.2023г (с 1,5-3 л)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
День 10							
завтрак	Каша «Дружба» молочная	150	4,65	7,5	20,1	168	
	Чай с сахаром	150	0,1	0	9,9	39,9	
	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
	Повидло	10	0	0	6,6	25,2	
Итого		340	7,05	8,4	52	311,7	
II завтрак	Банан	100	0,9	0,3	4,8	57	
Итого		100	0,9	0,3	4,8	57	
обед	Салат из квашеной капусты	30	0,51	1,7	3,19	29,64	
	Суп гороховый с говядиной	150	4,2	3,2	18,2	117,4	
	Жаркое по-домашнему	150	8,9	7,5	16,13	250	
	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		540	15,8	12,7	77,82	587,54
Уплотненный полдник	Сдоба обыкновенная	60	5,6	1,7	2,86	108,81	
	Овощи тушёные	120	3	4,1	11,7	100,8	
	Сок	150	0,75	0,2	14,85	64,5	
Итого		330	9,35	5,92	29,41	274,11	
Итого за 10 дней	Итого за весь день	1310	33,1	27,4	164	1230,35	

Старший воспитатель

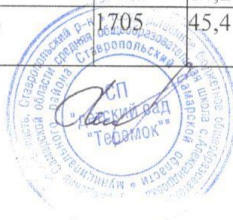


Ю.В.Лешукова

Меню на 22.12.2023г (с 3-7л)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
День 10							
завтрак	Каша «Дружба» молочная	200	6,2	8,1	26,81	204,5	
	Чай с сахаром	180	0,1	0	12,8	51,5	
	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
	Повидло	15	0	0	9,35	36,6	
Итого		425	8,6	9	64,36	371,2	
II завтрак	Банан	100	0,9	0,3	4,8	57	
Итого		100	0,9	0,3	4,8	57	
обед	Салат из квашеной капусты	60	0,77	2,49	4,79	44,47	
	Суп гороховый с говядиной	250	6,8	5,2	29,4	191,9	
	Жаркое по- домашнему	180	8,9	7,5	16,13	250	
	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		740	21,7	16,7	96,62	706,17
Уплотненный полдник	Сдоба обыкновенная	100	9,33	2,8	4,77	181,36	
	Овощи тушёные	160	4	5,4	15,6	134,4	
	Сок	180	0,9	0,18	17,71	76,9	
Итого		440	14,2	8,36	38,08	392,66	
Итого за 10 день	Итого за весь день	1705	45,4	34,4	203,9	1527,03	

Старший воспитатель



Ю.В.Лешукова

