

Меню на 31.05.2024г (с 1,5-3 л)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
День 5							
завтрак	Каша пшеничная молочная	130	5,1	6,0	35,7	240	
	Какао с молоком	180	5,4	4,5	19,2	138,9	
	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
	Повидло	10	0	0	6,6	25,2	
Итого		350	12,8	11,4	76,9	482,7	
II завтрак	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	
Итого		100	0,4	0,4	9,8	47	
обед	Помидор свежий	30	0	0,1	1,1	7,2	
	Суп крестьянский	180	1,8	2,4	9,88	79,87	
	Гуфтели рыбные	100	16,3	4,7	3,87	123,9	
	Соус сметанный	30	1,11	4,4	3,26	56	
	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		550	21,9	15,26	60,31	495,47	
Уплотненный полдник	Сдоба обыкновенная	60	5,6	1,7	2,86	108,81	
	Рагу овощное	100	1,5	5,1	9,8	92,6	
	Сок	150	0,75	0,2	14,85	64,5	
Итого		310	7,85	6,9	27,51	265,91	
Итого за 5 день	Итого за весь день	1290	43	33	174,3	1281,08	

Старший воспитатель

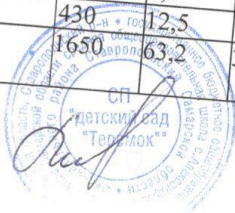


Ю.В.Лешукова

Меню на 31.05.2024г (с 3-7л)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	
			белки	жиры	углеводы			
День 5								
завтрак	Каша пшеничная молочная	200	7,3	7,5	35,7	240		
	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	9,35	36,6		
Итого	Яблоко	425	15	12,9	79,65	494,1		
II завтрак	Итого	100	0,4	0,4	9,8	47		
	обед	Помидор свежий	60	0,6	0,2	2,2	14,4	
		Суп крестьянский	250	2,4	3,17	19,76	106,5	
		Тефтели рыбные	140	27,1	7,78	6,45	206,5	
		Соус сметанный	30	1,11	4,42	3,26	56	
		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	Сдоба обыкновенная	700	35,3	12,7	74,71	547,2	
	Уплотненный полдник		100	9,33	2,8	4,77	181,36	
		Рагу овощное	150	2,3	5,2	14,6	115,6	
		Сок	180	0,9	0,18	17,71	76,9	
Итого		430	12,5	8,2	37,08	373,86		
Итого за 5 дней	Итого за весь день	1650	63,2	36	375,1	1379,65		

Старший воспитатель



Ю.В.Лешукова