

Меню 2 неделя 10 день

(Разновозрастная группа общеразвивающей направленности)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептур ы
			белки	жиры	углеводы		
День 10							
завтрак:	каша «Геркулесовая»	200	7,09	7,41	26,61	187	
	коф. напиток с молоком	180	2,52	2,26	14,21	84,81	
	Батон с маслом и сыром	35/5/15	5,06	7	14,62	145	
II завтрак	Сок	180	1	0,2	20,2	92	
Итого						508,81	
обед:	салат свекла с маслом	40	0,38	2,3	2,98	47,32	
	Суп с рыбной консервой	200	10,2	1,82	11,65	99,9	
	Азу из говядины с картофелем	170	15,8	12,2	33,8	301	
	Компот из с/ф	200	0,00	0,00	19,79	76,5	
	хлеб пшеничный	50	4,35	1,95	24,75	31,05	
	хлеб ржаной-пшеничный	50	2,20	0,40	12,83	76,00	
Итого						631,77	
Уплотненный полдник	Вареники творожные со сгущенным молоком	150	17,34	12,36	27,51	283,85	
	К.м. напиток	180	2,52	2,26	14,21	84,81	
Итого						368,66	
Итого за 10 день	итого за весь день					1509,24	

Старший воспитатель



Н.А.Баракина

Меню 2 неделя 10 день

(Разновозрастная группа комбинированной направленности)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углевод ы		
День 10							
завтрак:	каша «Геркулесовая»	200	7,09	7,41	26,61	187	
	коф. напиток с молоком	180	3,40	2,99	18,6	110,59	
	Батон с маслом и сыром	35/5/15	5,06	7	14,62	145	
II завтрак	Сок	180	1	0,2	20,2	92	
Итого						534,59	
обед:	салат свекла с маслом	50	0,48	2,87	7,48	59,15	
	Суп с рыбной консервой	200	10,2	1,82	11,65	99,9	
	Азу из говядины с картофелем	200	18,7	14	41,2	357	
	Компот из с/ф	200	0,02	0,00	19,79	76,85	
	хлеб пшеничный	50	4,35	1,95	24,75	31,05	
	хлеб ржаной-пшеничный	50	2,20	0,40	12,83	76,00	
Итого						699,95	
Уплотненный полдник	Вареники творожные со сгущенным молоком	150	17,34	12,36	27,51	283,85	
	К.м. напиток	180	2,52	2,26	14,21	84,81	
Итого						323,66	
Итого за 10 день	итого за весь день					1558,2	

Старший воспитатель



Н.А.Баракина