

Меню 2 неделя 6 день

(Разновозрастная группа комбинированной направленности)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
День 6							
завтрак:	Каша ячневая	200	25,2	8,4	29,8	278,8	
	Батон с маслом и сыром	35/5/15	5,06	7	14,62	145	
	Какао с молоком	180	3,37	2,93	15,27	98,57	
II завтрак	Сок	180	1	0,2	20,2	92	
Итого						469,37	
обед	Салат из капусты с луком	60	0,84	3,04	5,18	51,54	
	Щи со сметаной	200	8,38	3,74	35,83	206,82	
	картофельное пюре	170	3,52	5,70	22,21	154,36	
	Рыба тушеная в сметане	60	12,73	7,9	5,09	142	
	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						738,62	
Уплотненный полдник	Блинчики с маслом	150	11,87	12,66	61,27	392,59	
	Чай с молоком	200	1,07	0,94	1,7	102,60	
Итого						495,19	
Итого за 6 день:	Итого за день					1703,18	

Старший воспитатель



Н.А.Баракина

Меню 2 неделя 6 день

(Разновозрастная группа общеразвивающей направленности)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
6 день							
завтрак	Каша ячневая	200	25,2	8,4	29,8	278,8	
	Батон с маслом и сыром	35/5/15	5,06	7	14,62	145	
	Какао с молоком	180	3,37	2,93	15,27	98,57	
II завтрак	Сок	180	1	0,2	20,2	92	
	Итого					469,37	
обед	Салат из капусты с луком	40	0,56	2,03	3,45	34,36	
	Щи со сметаной	150	1,02	2,31	6,72	50,16	
	Картофельное пюре	150	2,64	4,73	19,89	127,72	
	Рыба тушеная в сметане	60	12,73	7,9	5,09	142	
	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					538,14	
Уплотненный полдник	Блинчики с маслом	150	11,87	12,66	61,27	392,59	
	Чай с молоком	200	1,07	0,94	1,7	102,60	
Итого					495,19		
Итого за 6 день	Итого за день					1502,7	

Старший воспитатель



Н.А.Баракина