

Меню на 07.05.2024

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/Ц
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1									
Каша геркулесовая молочная	180	200	7,34	8,16	8,86	9,84	32,04	35,6	237,6
Какао с молоком	180	0	5,85	0	5,83	0	22,52	0	167,4
Каша геркулесовая на воде	0	100	0	4,08	0	4,92	0	17,8	0
Булка с маслом и сыром	45	0	3,38	0	1,31	0	23,13	0	117,9
Какао с молоком	0	180	0	5,85	0	5,83	0	22,52	0
Чай с сахаром	0	200	0	11,98	0	3,04	0	12,98	0
Булка с маслом и сыром	0	54	0	4,05	0	1,57	0	27,76	0
Итого за завтрак 1	405	734	16,57	34,12	15,99	25,2	77,69	116,65	522,9
Завтрак 2									
Сок	200	0	0	0	0	0	0	0	0
витаминизированный напиток валитек	0	200	0	4,58	0	5,04	0	21,48	0
Итого за завтрак 2	200	200	0	4,58	0	5,04	0	21,48	0
Обед									
Суп пшеничный на м/кб	180	200	0	0	0	0	0	0	0
Плов с мясом	100	117	5,24	6,13	7,03	8,22	13,32	15,59	162,04
Салат из квашенной капусты	60	60	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб ржаной	48	48	3,7	3,7	0,67	0,67	18,1	18,1	96,48
Компот из сухофруктов	180	200	0,94	1,04	0	0	24,26	26,96	96,7
Итого за обед	568	625	9,87	10,86	7,7	8,9	55,68	60,64	355,21
Полдник									
Кефир	170	180	9,42	9,98	11,79	12,48	15,14	16,03	208,69
Булка	30	30	2,24	2,24	0,87	0,87	15,41	15,41	78,57
Чай с сахаром	0	200	0	11,98	0	3,04	0	12,98	0
Итого за полдник	200	410	11,66	24,2	12,66	16,39	30,55	44,42	287,26
Ужин 1									
Запеканка картофельная с отварной	140	170	11,77	14,29	11,57	14,05	10,09	12,25	210,59
Салат из квашенной капусты	60	60	0	0	0	0	0	0	0
Булка	30	30	2,24	2,24	0,87	0,87	15,41	15,41	78,57
Чай с сахаром	180	200	10,78	11,98	2,74	3,04	11,68	12,98	44,3
Итого за ужин 1	410	460	24,79	28,51	15,18	17,96	37,18	40,64	333,46
Итого день	1783	2429	62,9	102,27	51,53	73,48	201,11	283,84	1498,8

Исполнитель: Медсестра В.Д. Тимоновская (Тимоновская В.Д.)