

2 неделя вторник (7 день) 01.04.2025 г															
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда г	Вес блюда сад	Пищевые вещества на порцию						Энергетическая ценность ясл	Энергетическая ценность са	№ рецепту			
				Белки г	Жиры г	Жиры са	Углевод ясли	Углевод са	Углевод са						
Завтрак	Каша ячневая молочная	150,00	200,00	4,08	5,43	4,08	4,23	25,00	33,38	153,00	193,00	182			
	Кофейный напиток	150,00	200,00	3,10	4,10	2,60	3,50	13,00	17,33	89,16	118,80	43			
	Бутерброд с маслом сл.	30,00	40,00	2,32	3,06	7,17	9,43	13,90	18,27	129,20	170,00	1			
	Итого за завтрак	338,00	450,00	9,50	12,59	13,85	17,16	51,90	68,98	371,36	481,80				
Второй завтрак	Сок фруктовый	100,00	100,00	4,00	5,01	3,00	3,75	5,11	6,39	72,80	91,00	401			
	Итого за второй завтрак	120,00	150,00	4,00	5,01	3,00	3,75	5,11	6,39	72,80	91,00				
Обед	Салат из свежих овощей	30,00	40,00	0,54	0,82	2,47	4,00	3,38	5,06	38,00	57,00	45			
	Борщ на курином бульоне	150,00	200,00	3,36	4,48	8,10	9,70	7,75	10,30	98,60	134,00	76			
	Куры отварные	45,00	60,00	8,64	11,59	5,79	7,94	5,71	7,75	110,00	149,00	306			
	Макароны с маслом сл.	100,00	120,00	2,60	3,20	4,43	5,50	9,00	11,50	67,30	98,00	204			
	Компот из сухофруктов	150,00	200,00	0,10	0,15	0,00	0,00	12,10	16,40	77,60	111,80	431			
	Хлеб ржаной	20,00	30,00	0,72	1,08	0,18	0,27	6,24	9,36	29,70	44,55				
	Итого за обед	540,00	720,00	15,96	21,32	20,97	27,41	44,18	60,37	421,20	594,35				
Уплотненный полдник с включение м	Каша «Дружба» молочная	150,00	200,00	23,07	30,76	12,57	16,76	36,00	48,00	363,00	484,00	244			
	Чай	150,00	200,00	0,30	0,36	0,30	0,36	17,40	20,88	72,00	86,40	418			
Блюдо ужина	Яблоко	70,00	70,00	2,01	2,64	0,27	0,36	11,60	15,40	79,60	106,14	147			
	Хлеб пшеничный	30,00	35,00	1,50	1,50	0,50	0,50	21,00	21,00	95,00	95,00	368			
	Итого за уплотненный полдник	430,00	520,00	26,88	35,26	13,64	17,98	86,00	105,28	609,60	771,54				
	Итого за день !	1428,00	1840,00	56,34	74,18	51,46	66,30	187,19	241,02	1474,96	1938,69				

*Меню составлено - Ашимова Н.Ф.
Оформлено - Давыдова Т.А.*