УТВЕРЖДАЮ
Заведующий_____(Диденко Т.М)
12.03.2024

Меню на 12.03.2024

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак 1										
Суп молочный с геркулесовой крупой	180	200	5,74	6,38	6,93	7,7	23,99	26,66	184,36	204,84
Бутерброд с маслом , сыром	61	75	4,33	5,32	0,14	0,17	27,64	33,98	134,6	165,49
Какао с молоком	149	178	3,93	4,7	4,35	5,2	18,01	21,52	124,5	148,74
Завтрак 2										
Яблоко	103	120	0,41	0,48	0,41	0,48	9,17	10,68	41,51	48,36
Сок	170	170	0,68	0,68	0,68	0,68	16,66	16,66	71,4	71,4
На весь день										
Соль	3	4	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед										
Борщ со сметаной на мясном бульоне	185	206	73,2	81,51	53,8	59,9	101,6	113,14	1184	1318,4
Пшенная каша вязкая,на молоке	97	114	3,53	4,15	2,22	2,61	19,3	22,69	119,38	140,3
Котлета из мяса свинины	115	129	17,01	19,08	23,72	26,61	0,76	0,85	284,25	318,85
Соус томатный	39	52	0,59	0,78	1,65	2,2	4,01	5,35	28,78	38,38
Огурец соленый	62	82	0	0	0	0	1,86	2,46	7,44	9,84
Хлеб	40	50	3,08	3,85	1,2	1,5	19,85	24,81	104,7	130,87
Компот из сухофруктов	144	173	1,15	1,38	0	0	20,45	24,57	86,4	103,8
Полдник										
Кефир 2.5% жирности	150	180	4,15	4,99	4,76	5,71	12,87	15,44	108,3	129,96
Булка	28	38	2,16	2,93	0,84	1,14	13,94	18,92	73,36	99,56
Ужин 1										
Рыба запеченая	81	108	19,79	26,38	12,15	16,2	3,82	5,09	203,66	271,54
Овощное рагу	169	181	0	0	0	0	0	0	0	0
Булка	29	38	2,23	2,93	0,87	1,14	14,44	18,92	75,98	99,56
Чай с сахаром	150	180	0,16	0,2	0,04	0,05	11,85	14,22	44,93	53,91
Рекомендованный ужин 2										

Исполнитель: Ст.медсестра_____(Оспищева С.А)