



Меню приготавливаемых блюд

Утверждаю: _____

Возрастная категория: Ясли

28 03 25

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 5							
ЗАВТРАК	Каша гречневая жидкая	150	4,10	4,40	16,60	123	№54
	Бутерброд с джемом	15 10	1,10	0,40	14,60	66	№2
	Кофейный напиток	180	2,10	2,30	13,30	82	№501
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		355	7,30	7,10	44,50	271,2	
ЗАВТРАК 2	Сок в ассортименте	150	0,10	0,00	17,40	70	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	0,10	0,00	17,40	70	
ОБЕД	Икра морковная	40	0,70	3,00	2,70	41	№22
	Борщ с капустой и картофелем с мясом со сметаной	150/10/5	3,50	4,60	10,40	97	№110
	Рыба припущенная в сметане	60	5,20	7,10	1,20	102	№338
	Пюре картофельное	120	2,60	3,50	18,80	117	№520
	Кисель	150	0,30	0,20	13,40	56	№505
	Хлеб пшеничный	20	0,40	0,20	8,80	39	
	Хлеб ржаной	30	0,70	0,40	11,30	52	
ИТОГО ЗА ОБЕД		535	16,40	19,00	66,60	502,6	
ПОЛДНИК	Сдоба обыкновенная	50	4,50	2,90	26,50	150	№570
	Кисломолочный напиток в ассортименте	160	3,40	3,10	5,00	61	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		210	7,90	6,00	31,50	211,4	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			32,00	32,00	160,00	1055	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
День 5							
ЗАВТРАК	Каша гречневая жидкая	200	6,20	6,10	26,50	186	№54
	Бутерброд с джемом	20 20	1,20	0,50	19,60	87	
	Кофейный напиток	200	2,30	2,50	14,80	90,9	№501
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		440	9,70	9,10	60,90	364,2	
ЗАВТРАК 2	Сок в ассортименте	200	0,30	0,00	22,40	91	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	0,30	0,00	22,40	91	
ОБЕД	Икра морковная	60	0,90	4,10	3,90	56	№22
	Борщ с капустой и картофелем с мясом со сметаной	180/10/5	3,90	4,90	12,80	111	№110
	Рыба припущенная в сметане	80	9,90	7,90	2,50	121	№338
	Пюре картофельное	150	3,00	4,10	23,50	143	№520
	Кисель	180	0,30	0,20	15,40	64,3	№505
	Хлеб пшеничный	30	0,60	0,30	13,20	58,5	
	Хлеб ржаной	40	0,90	0,50	15,10	68,5	
ИТОГО ЗА ОБЕД		665	19,80	21,80	87,80	627	
ПОЛДНИК	Сдоба обыкновенная	50	4,50	2,90	26,40	150	№570
	Кисломолочный напиток в ассортименте	200	5,80	9,10	3,20	118	№698
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	10,30	12,00	29,70	267,6	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			40,00	43,00	201,00	1349	