

## Меню приготавливаемых блюд

Утверждаю: *Валентина*



Возрастная категория: Ясли *16.05.25*

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 10</b>							
ЗАВТРАК	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	150	4,50	5,90	20,80	154	№311
	Бутерброд с маслом	15 5	1,60	3,80	7,40	70	№1
	Чай с лимоном	180	0,10	0,00	10,50	42	№686
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>350</b>	<b>6,20</b>	<b>9,70</b>	<b>38,70</b>	<b>266,9</b>	
ЗАВТРАК 2	Сок в ассортименте	150	0,10	0,00	17,40	70	№518
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>150</b>	<b>0,10</b>	<b>0,00</b>	<b>17,40</b>	<b>70</b>	
ОБЕД	Салат из моркови с сыром	40	1,00	3,60	3,30	50	№89
	Уха рыбацкая	150/50	5,80	5,40	12,60	122	№30/2
	Биточки рубленые из птицы запеченные	60	6,80	7,60	7,50	126	№498
	Макароны отварные с овощами	120	2,40	2,50	18,30	105	№294
	Кисель	150	0,30	0,20	13,40	56	№505
	Хлеб пшеничный	10	0,20	0,10	4,40	19	
	Хлеб ржаной	20	0,50	0,30	7,60	34	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>520</b>	<b>12,80</b>	<b>16,80</b>	<b>69,20</b>	<b>479,2</b>	
ПОЛДНИК	Суфле творожное со сладкой глазурью	130	10,00	6,40	19,70	176	№19/3
	Чай с сахаром	150	0,10	0,00	8,60	35	№685
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>280</b>	<b>10,10</b>	<b>6,40</b>	<b>28,30</b>	<b>211,2</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>33,00</b>	<b>36,00</b>	<b>151,00</b>	<b>1060</b>	

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюдо	Пищевые вещества			Энергетиче	№ рецеп
			Белки	Жиры	Углев		
<b>День 10</b>							
ЗАВТРАК	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	5,90	6,40	28,80	196	№311
	Бутерброд с маслом	20 10	1,80	7,10	9,90	111	№1
	Чай с лимоном	180	0,10	0,00	10,50	42	№686
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>410</b>	<b>7,80</b>	<b>13,50</b>	<b>49,20</b>	<b>350</b>	
ЗАВТРАК 2	Сок в ассортименте	200	0,30	0,00	22,40	91	№518
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>200</b>	<b>0,30</b>	<b>0,00</b>	<b>22,40</b>	<b>91</b>	
ОБЕД	Салат из моркови с сыром	60	1,70	4,70	7,40	78,6	№89
	Уха рыбацкая	180/50	6,20	6,10	15,10	140	№30/2
	Биточки рубленые из птицы запеченные	70	8,70	8,90	10,30	156	№498
	Макароны отварные с овощами	150	3,10	2,80	27,40	147	№294
	Кисель	180	0,30	0,20	15,40	64,3	№505
	Хлеб пшеничный	20	0,40	0,20	8,80	38	
	Хлеб ржаной	20	0,50	0,30	7,60	34	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>690</b>	<b>20,80</b>	<b>23,10</b>	<b>92,00</b>	<b>658,5</b>	
ПОЛДНИК	Суфле творожное со сладкой глазурью	150	12,90	9,60	24,40	236	№19/3
	Чай с сахаром	180	0,10	0,00	10,60	43	№685
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>330</b>	<b>13,00</b>	<b>9,60</b>	<b>35,00</b>	<b>278,4</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>42,00</b>	<b>46,00</b>	<b>199,00</b>	<b>1377</b>	