

Меню на 16 сентября 2022 год (возрастная группа с 3-7 лет)

Пятница

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход Г	Пищевые вещества			Энергическая ценность ккал
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г	
1	2	3	4	5	6	7

Завтрак

	Суфле из яиц	95	5,54	10,04	6,47	136,72
	Кофейный напиток злак.на молоке	180	3,405	2,995	18,67	110,59
	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,0
	ИТОГО	315	11,395	20,585	39,76	383,31

2 завтрак

	Сок фрукт.промышленн. Производства	180	0,74	0,17	17,0	86,4
	ИТОГО	180	0,74	0,17	17,0	86,4

Обед

	С-т из соленых огурцов	50	0,294	3,48	0,8	35,5
	Суп картофельный с макарон.изделиями	200	2,15	2,27	13,71	83,8
	сметана	11	0,28	1,65	0,036	17,6
	Котлеты, рубленые из птицы	80	4,36	19,3	19,9	328
	Картоф.пюре	140	2,86	4,48	10,07	128,1
	Компот из с/фруктов	180	0,39	0,018	24,9	101,7
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87,0
	ИТОГО	741	15,454	32,398	94,906	852,2

Уплотнённый полдник

	Суп молочный гречневый	200	5,97	5,48	17,08	141,6
	Чай б/сахара	180	0,36	0,09	0,07	2,5
	Рогалик с повидлом	60	4,33	5,93	43,04	233,12
	фрукт	100	0,31	0,34	9,8	41,1
	ИТОГО	540	10,97	11,84	69,99	418,32
	Всего за 2 день:	1906	38,56	65,0	221,66	1740,23

**Меню на 16 сентября 2022 год (возрастная группа до 3-х лет)
Пятница**

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход г	Пищевые вещества			Энергическая ценность ккал
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г	
1	2	3	4	5	6	7

Завтрак

	Суфле из яиц	80	4,42	8,22	5,16	110,97
	Кофейный напиток злак.на молоке	150	2,837	2,474	15,57	92,004
	Бутерброд с маслом	25	1,2	3,8	7,31	68,0
	ИТОГО	255	8,457	14,494	28,04	270,974

2 завтрак

	Сок фруктовый промышленного производства	150	0,73	0,16	14,97	72,0
	ИТОГО	150	0,73	0,16	14,97	72,0

Обед

	С-т из соленых огурцов	40	0,24	2,58	0,65	26,6
	Суп картофельный с макарон.изделиями	150	1,61	1,7	10,28	62,85
	сметана	9	0,075	0,6	0,1	14,4
	Котлеты, рубленые из птицы	70	11,64	13,14	13,46	223
	Картоф. пюре	120	2,45	3,84	16,35	109,80
	Компот из с/фруктов	150	0,33	0,015	20,83	84,75
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,6	47,0
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
	ИТОГО	599	20,12	22,464	80,264	638,0

Уплотнённый полдник

	Суп молочный гречневый	150	4,5	4,11	12,81	106,2
	Чай б/сахара	150	0,36	0,09	0,07	2,1
	Рогалик с повидлом	50	3,611	4,942	35,87	193,44
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,6	47,0
	фрукт	100	0,31	0,34	9,8	41,1
	ИТОГО	470	10,361	9,682	68,15	389,84
	Всего за день:	1474	39,67	46,8	191,42	1370,81