

Меню на 14 марта 2023 год (возрастная группа с 3-7 лет)

Вторник

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

Завтрак

	Каша вязкая «Дружба» на молоке	200	5,53	6,29	26,71	178,90
	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,0
	Какао на молоке	180	4,23	3,94	19,86	126,81
	ИТОГО	420	13,32	18,78	72,62	441,17

2завтрак

	Кисло-молочная продукция	180	5,22	4,5	7,56	92
		180	5,22	4,5	7,56	92

Обед

	С-т из св.капусты	50	0,64	3,48	4,43	50,49
	Свекольник со сметаной и яйцом	200	1,92	3,7	9,7	77,67
	Макаронаты отварные с маслом	150	5,2	7,06	42,4	243,13
	Котлеты, рубленые из птицы	80	4,36	19,3	19,9	328
	Соус томатный	40	0,39	2,16	3,08	32,55
	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	780	18,57	36,618	135,6	991,04

Уплотненный полдник

	Картофель в молоке	150	3,55	4,66	29,32	166,07
	Огурец солёный	40	0	0	1,6	6
	Чай б/сахара	180	0,36	0,09	0,07	2,5
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,66	8,5	54,8
	печенье	25	1,7	45	16,2	115,0
	ИТОГО	580	7,31	50,41	55,69	344,37
	Всего за день:	1850	44,42	110,3	271,47	1868,58

Меню на 14 марта 2023 год (возрастная группа до 3-х лет)

Вторник

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

Завтрак

	Каша вязкая «Дружба» на молоке	150	4,13	4,72	20,02	134,18
	Бутерброд с маслом	25	1,2	3,8	7,31	68,0
	Какао на молоке	150	3,53	3,24	16,55	105,33
	ИТОГО	325	9,19	12,68	45,71	307,51

2 завтрак

	Кисло-молочная продукция	150	4,35	3,75	6,3	81,0
		150	4,35	3,75	6,3	81,0

Обед

	С-т из св.капусты	40	0,51	2,58	2,92	36,19
	Свекольник со сметаной и яйцом	150	1,440	2,785	7,312	58,249
	Котлеты ,рубленные из птицы	70	11,64	13,14	13,46	223
	Соус сметанный	30	0,42	1,5	1,8	22,5
	Макароны отварные с маслом	100	3,4	4,65	28,2	161,6
	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	600	21,96	25,35	97,482	702,889

Уплотненный полдник

	Картофель в молоке	130	3,11	4,0	25,73	145,0
	Огурец солёный	40	0	0	1,6	6
	Чай б/сахара	150	0,36	0,09	0,07	2,1
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,6	47,0
	печенье	15	1,1	1,3	8,05	46,85
	ИТОГО	485	6,15	5,59	45,05	246,95
	Всего за день:	1530	41,65	47,37	194,54	1338,33

