

04.04.2024

МЕНЮ

День 9

Утверждаю:
Заведующий



Название блюда и продуктов	Ясли						Ясли					
	Выход г	Белки г	Жиры г	Угле-г	ккал	Выход г	Белки г	Жиры г	Угле-г	ккал		
Завтрак												
1. Каша пшеничная б/м	153	2,93	3,03	21,59	115,85	200	4,46	4,68	30,19	166,06		
2. Чай без сахара	150	0,00	0,00	0,00	0,00	200	0,00	0,00	0,00	0,00		
3. Бутерброд с повидлом	48	1,72	2,72	19,08	108,00	65	2,49	3,93	27,56	156,00		
2 Завтрак												
1. Сок	150	0,75	0,00	15,15	64,00	150	0,75	0,00	15,15	64,00		
Обед												
1. Икра кабачковая	45	0,54	2,12	3,47	35,1	60	0,72	2,83	4,63	46,80		
2. Суп картофельный с клецками	150/19	2,25	1,98	10,11	67,17	200/25	3,75	3,30	16,85	111,95		
3. Птица, тушенная в соусе с овоща	180	8,66	5,55	16,49	151,00	230	11,51	7,37	21,29	198,00		
4. Компот из с/ф	150	0,42	0,00	20,92	68,35	200	0,56	0,00	27,89	76,80		
5. Хлеб пшеничный	20	1,48	0,58	10,28	50	25	1,78	0,70	12,30	60,00		
6. Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	10,83	49,50	35	1,96	0,39	15,16	69,30		
Полдник												
1. Вафли	25	0,85	7,55	16,18	132,50	50	1,70	15,20	32,36	265,00		
2. Чай с сахаром	150	0,09	0,00	9,03	36,48	200	0,12	0,00	12,04	48,64		
Ужин												
1. Гуляш из говядины	80	15,45	15,90	4,81	223,99	100	18,54	19,80	5,77	268,79		
2. Каша гречневая рассыпчатая	120	6,99	4,35	36,00	211,05	130	7,57	4,71	39,00	228,64		
3. Чай с сахаром	150	0,05	0,00	11,49	43,09	200	0,12	0,00	12,04	48,64		
4. Хлеб пшеничный	20	1,48	0,58	10,28	50	25	1,78	0,70	12,30	60,00		
ИТОГО	1602	46,52	50,78	236,52	1601,26	2020,00	68,01	66,69	284,53	1868,62		