

04.04.2024

МЕНЮ

День 9

Утверждаю:
Заведующий

Ирина



Название блюд и продуктов	Ясли					Сад				
	Выход г	Белки г	Жиры г	Угле-г	ккал	Выход г	Белки г	Жиры г	Угле-г	ккал
Завтрак										
1. Каша пшеничная	153	5,58	6,06	26,46	182,94	204	7,44	8,07	35,28	243,92
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 маслом и 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	35,10	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. Ттица, 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	40	5,96	4,72	32,96	166,83	40	5,96	4,72	32,96	166,83
2. Молоко	150	4,20	3,75	7,05	87,00	200	5,60	5,00	9,40	116,00
Ужин										
1. Вареники ленивые с маслом	153	29,22	7,36	29,90	302,60	205	32,47	8,18	33,22	336,22
2. Чай с сахаром	150	0,05	0,00	11,49	43,09	200	0,12	0,00	12,04	48,64
3. Хлеб пшеничный	20	1,48	0,58	10,28	50	25	1,78	0,70	12,30	60,00
ИТОГО	1536	46,52	50,78	236,52	1425,58	1849,00	68,01	66,69	276,03	1754,46