

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепту ры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Омлет	130	12,90	13,03	2,68	179,78	215
	Кофейный напиток со сгущенным молоком	180	1,67	1,85	2,16	31,75	397
	Бутерброды с варенной сгущенкой	40	3,13	0,34	20,00	95,92	6
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	17,70	15,22	24,84	307,45	
ЗАВТРАК 2	Соки фруктовые	110	0,54	0,11	17,29	72,6	399
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		110	0,54	0,11	17,29	72,6	
ОБЕД	Щи на м/к бульоне со сметаной	150	6,23	6,55	11,55	130,95	67
	Горошница	110	8,60	2,19	20,72	137,02	318
	Шницель мясной	50	10,02	8,10	4,24	129,9	300
	морковь отварная	30	0,39	0,03	2,07	10,5	130
	Компот из сухофруктов	150	0,12	0,00	12,91	49,27	376
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,34	0,36	12,90	65,4	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		520	27,70	17,23	64,39	523,04	
УПЛОТНЕНН	Суп Уха с сайрой (консерв.)	180	7,47	11,74	18,07	208,35	87
	Пирожок с повидлом	55	4,77	3,12	29,25	163,54	459п
	Чай с сахаром	180	1,80	0,00	7,54	44,48	392з
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94	701
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		455	17,20	15,26	74,18	510,37	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1435	63,14	47,82	180,70	1413,46	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1435	63,14	47,82	180,70	1413,46	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1435	63,14	47,82	180,70	1413,46	



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	№ рецепту- ры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Омлет	150	14,88	15,03	3,09	207,43	215
	Кофейный напиток со сгущенным молоком	200	1,86	2,06	2,40	35,28	397
	Бутерброды с варенной сгущенкой	50	3,91	0,42	25,00	119,9	6
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	20,65	17,51	30,49	362,61	
ЗАВТРАК 2	Соки фруктовые	130	0,64	0,13	20,44	85,8	399
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		130	0,64	0,13	20,44	85,8	
ОБЕД	Щи на м/к бульоне со сметаной	180	7,47	7,87	13,86	157,14	67
	Горошница	130	10,17	2,59	24,49	161,93	318
	Шницель мясной	70	14,02	11,35	5,94	181,87	300
	Компот из сухофруктов	180	0,14	0,00	15,50	59,13	376
	морковь отварная	50	0,65	0,05	3,45	17,5	130
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,12	0,48	17,20	87,2	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		650	35,57	22,34	80,44	664,77	
УПЛОТНЕНН	Суп Уха с сайрой (консерв,)	200	8,30	13,04	20,08	231,5	87
	Пирожок с повидлом	65	5,64	3,69	34,57	193,28	459п
	Чай с сахаром	200	2,00	0,00	8,38	49,42	392з
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,5	701
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		515	19,89	17,23	87,18	591,7	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1695	76,75	57,21	218,55	1704,88	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1695	76,75	57,21	218,55	1704,88	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1695	76,75	57,21	218,55	1704,88	