

МЕНЮ
6 июня 2023г
Ясли 1 – 3 года

	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая цен ность (ккал)	№ рецеп туры
			Белки	Жиры	Углево ды		
	ЗАВТРАК						
1	Каша молочная рисовая	150	3,8	3,9	10	125,0	2008/184
2	Бутерброд с маслом	30/5	1,2	0,2	7,2	70	2014/1
3	Какао с молоком сгущенным	150	2,1	0,4	21,6	98,6	2011/389
	Итого за завтрак	315	7,1	4,5	38,8	293,6	
1	Сок фруктовый	100			8	33	2008/442
	Итого за 2-ой завтрак	100			8,0	33,0	
	ОБЕД						
1	Салат из отварной моркови с кукурузой (измельченный)	30	0,5	1,3	2,0	22,8	2008
2	Суп картофельный с морской капустой «Сахалинский» (пюре)	150	2,2	6,2	5,2	84,2	2012/78
3	Макаронные изделия отварные (вермишель)	80	2,7	2,7	16,1	96,4	2012/204
4	Суфле мясное	50/30	11,2	10,6	18,5	142,7	2008/259
5	Хлеб ржано- пшеничный	40	2,4	0,5	12,6	66,2	2008
6	Компот из сухофруктов	150			17,5	69,7	2008/402
	Итого за обед	530	19	21,3	70,7	480,2	
	ПОЛДНИК						
1	Напиток кисло молочный «Снежок» 2,5%	150	3,8	2,9	5,6	138,8	2008
2	Крендель сахарный	50	5,2	3	20,7	131,5	2008/479
	Итого за полдник	200	9	5,9	26,3	270,3	
	УЖИН						
1	Жаркое по домашнему (птица)	150	5,6	13,4	11,5	117,9	2008/258
2	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,5	2008
3	Кисель из плодово ягодного концентрата	150			21,2	84,6	2008/411
4	Конфета желейная	20	1,1		16,3	50	2008
	Итого за ужин	350	9,0	13,6	63,8	323,0	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		44,1	45,3	207,6	1400,1	

Калькулятор

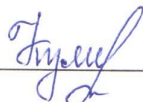


Куликова М.С.

МЕНЮ
6 июня 2023г
Сад 3 - 7 лет

	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	ЗАВТРАК						
1	Каша молочная рисовая	200	5,1	4,5	29	166,9	2008/184
2	Бутерброд с маслом	40/7	1,6	5,5	9,7	141,7	2014/1
3	Какао с молоком сгущенным	180	2,6	0,5	25,9	118,3	2011/389
	Итого за завтрак	427	9,3	10,5	64,6	426,9	
1	Сок фруктовый	100			12	50	2008/442
	Итого за 2-ой завтрак	100			12	50	
	ОБЕД						
1	Салат из отварной моркови с кукурузой	60	1	2,7	4	45,5	2011/28
2	Суп картофельный с морской капустой «Сахалинский»	180	2,6	7,4	12,2	126,5	2012/78
3	Макаронные изделия отварные	130	4,9	0,6	31,1	125,3	2012/204
4	Гуляш	70/50	12,9	20,8	3,8	180,5	2008/259
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,1	0,6	15,8	82,7	2008
6	Компот из сухофруктов	180			21	83,6	2008/402
	Итого за обед	720	24,5	32,1	86,5	642	
	ПОЛДНИК						
1	Напиток кисло-молочный «Снежок» 2,5%	200	5	3,9	7,4	185	2008
2	Крендель сахарный	50	5,2	3	20,7	131,5	2008/479
	Итого за полдник	250	10,2	6,9	28,1	316,5	
	УЖИН						
1	Жаркое по домашнему (птица)	180	6,8	10,7	14	122,2	2008/258
2	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	94	2008
3	Кисель из плодово-ягодного концентрата	180			25,4	101,5	2008/411
4	Конфета желейная	40	1,1		16,3	50	2008
	Итого за ужин	445	10,9	11	75,4	367,7	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		54,9	60,5	266,6	1803,1	

Калькулятор



Куликова М.С