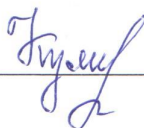


**МЕНЮ**  
**1 августа 2023г**  
**Сад 3 - 7 лет**

	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>							
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
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>427</b>	<b>9,3</b>	<b>10,5</b>	<b>64,6</b>	<b>426,9</b>	
1	Сок фруктовый	150			18	75	2008/442
	<b>Итого за 2-ой завтрак</b>	<b>150</b>			<b>18</b>	<b>75</b>	
<b>ОБЕД</b>							
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
	<b>Итого за обед</b>	<b>720</b>	<b>24,5</b>	<b>32,1</b>	<b>86,5</b>	<b>642</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
1	Напиток кисло молочный «Снежок» 2,5%	200	5	3,9	7,4	185	2008
2	Булочка творожная	50	5,2	3	20,7	131,5	2008/479
	<b>Итого за полдник</b>	<b>250</b>	<b>10,2</b>	<b>6,9</b>	<b>28,1</b>	<b>316,5</b>	
<b>УЖИН</b>							
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
	<b>Итого за ужин</b>	<b>405</b>	<b>9,8</b>	<b>11</b>	<b>59,1</b>	<b>317,7</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>53,8</b>	<b>60,5</b>	<b>256,3</b>	<b>1775,1</b>	

Калькулятор

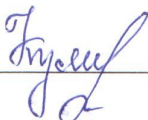


Куликова М.С.

**МЕНЮ**  
**1 августа 2023г**  
**Ясли 1 – 3 года**

	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	<b>ЗАВТРАК</b>						
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
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>315</b>	<b>7,1</b>	<b>4,5</b>	<b>38,8</b>	<b>293,6</b>	
1	Сок фруктовый	150			18	75	2008/442
	<b>Итого за 2-ой завтрак</b>	<b>150</b>			<b>18</b>	<b>75,0</b>	
	<b>ОБЕД</b>						
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
	<b>Итого за обед</b>	<b>530</b>	<b>19</b>	<b>21,3</b>	<b>70,7</b>	<b>480,2</b>	
	<b>ПОЛДНИК</b>						
1	Напиток кисло молочный «Снежок» 2,5%	150	3,8	2,9	5,6	138,8	2008
2	Булочка творожная	50	5,2	3	20,7	131,5	2008/479
	<b>Итого за полдник</b>	<b>200</b>	<b>9</b>	<b>5,9</b>	<b>26,3</b>	<b>270,3</b>	
	<b>УЖИН</b>						
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
	<b>Итого за ужин</b>	<b>330</b>	<b>7,9</b>	<b>13,6</b>	<b>47,5</b>	<b>273</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>43,0</b>	<b>45,3</b>	<b>201,3</b>	<b>1392,1</b>	

Калькулятор



Куликова М.С.