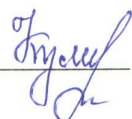


**МЕНЮ**  
**9 августа 2023г**  
**Ясли 1 – 3 года**

№ п / п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая цен ность (ккал)	№ рецеп туры
			Белки	Жиры	Углево ды		
	<b>ЗАВТРАК</b>						
1	Пудинг из творога (запеченный) с молоком сгущенным	150/10	8,1	3,6	20,3	150,5	2012/235
2	Какао с молоком цельным	150	2,1	0,4	21,5	98,6	2008/433
3	Бутерброд с маслом	30/5	1,2	0,2	18,3	97,5	2014/1
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>320</b>	<b>11,4</b>	<b>4,2</b>	<b>60,1</b>	<b>346,6</b>	
1	Сок фруктовый	150			18	75	2008/442
	<b>Итого за 2-ой завтрак</b>	<b>150</b>			<b>18</b>	<b>75</b>	
	<b>ОБЕД</b>						
1	Огурец свежий (полу порционный)	30	0,4		0,8	5	2008
2	Суп картофельный «Кудрявый» (пюре)	150	3,4	8,5	9,3	35,5	2008/93
3	Каша пшеничная полтавская	100	2,7	2,7	16,1	127,7	2008/331
4	Суфле мясное	50/50	11,5	15,4	16,4	198	2008/259
5	Хлеб ржано- пшеничный	40	2,4	0,5	12,6	66,2	2008
6	Компот из ягод смородины	150			16,3	67,9	2008/401
	<b>Итого за обед</b>	<b>540</b>	<b>20,4</b>	<b>27,1</b>	<b>71,5</b>	<b>500,3</b>	
	<b>ПОЛДНИК</b>						
1	Молоко кипяченое	150	2,3	2,4	3,5	45	2008/434
2	Печенье	30	2,5	3,1	21,1	121,2	2008
	<b>Итого за полдник</b>	<b>180</b>	<b>4,8</b>	<b>5,5</b>	<b>24,6</b>	<b>166,2</b>	
	<b>УЖИН</b>						
1	Азу	150	5,6	6,3	10,4	186,6	2008/260
2	Компот из свежих фруктов	150	0,1	0,1	11,8	50,6	2008/394
3	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,5	2008
	<b>Итого за ужин</b>	<b>330</b>	<b>7,9</b>	<b>6,5</b>	<b>37</b>	<b>307,7</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>43,9</b>	<b>46,4</b>	<b>211,2</b>	<b>1395,8</b>	

Калькулятор



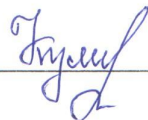
М. С. Куликова

## МЕНЮ

**9 августа 2023г**  
**Сад 3 - 7 лет**

№ п /	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая цен ность (ккал)	№ рецеп туры
			Белки	Жиры	Углево ды		
	<b>ЗАВТРАК</b>						
1	Пудинг из творога (запеченный) с молоком сгущенным	180/10	11,1	5	29,9	184,5	2012/235
2	Какао с молоком цельным	180	2,6	0,5	25,9	118,3	2008/433
3	Бутерброд с маслом	40/7	1,6	5,5	9,7	141,7	2014/1
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>417</b>	<b>15,3</b>	<b>11</b>	<b>65,5</b>	<b>444,5</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	Огурец свежий ( полу порционный)	50	0,4		0,8	5	2008
2	Суп картофельный «Кудрявый»	180	4,1	4,2	11,2	42,6	2008/93
3	Каша перловая рассыпчатая с маслом	130	3,9	4,5	27,6	166	2008/323
4	Гуляш	70/50	13,4	13,8	22,2	263,6	2012/259
5	Хлеб ржано- пшеничный	50	3,1	0,6	15,8	82,7	2008
6	Компот из смеси ягодной	180			19,6	81,5	2008/401
	<b>Итого за обед</b>	<b>710</b>	<b>24,9</b>	<b>23,1</b>	<b>97,2</b>	<b>641,4</b>	
	<b>ПОЛДНИК</b>						
1	Молоко кипяченое	200	3	3,2	4,7	67	2008/434
2	Печенье	50	4,2	5,1	35,3	202	2008
	<b>Итого за полдник</b>	<b>250</b>	<b>7,2</b>	<b>8,3</b>	<b>40</b>	<b>269</b>	
	<b>УЖИН</b>						
1	Азу	200	6,7	7,3	18,4	188,4	2008/260
2	Компот из свежих фруктов	180	0,2	0,2	14,1	60,7	2008/394
3	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	94	2008
	<b>Итого за ужин</b>	<b>420</b>	<b>9,9</b>	<b>7,8</b>	<b>52,2</b>	<b>390,2</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ</b>		<b>57,3</b>	<b>50,2</b>	<b>272,9</b>	<b>1820,1</b>	

Калькулятор



М.С. Куликова