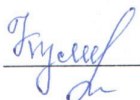


МЕНЮ
13 август 2024г
Ясли 1 – 3 лет

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК							
1	Каша молочная «Дружба»	130	3,2	3,1	13,4	102,3	2008/190
2	Кофейный напиток с молоком сгущенным	150	1,6	1,2	18,3	97,5	2011/390
3	Бутерброд с маслом	30/5	1,2	0,2	7,2	70	2014/1
	Итого за завтрак	315	6	4,5	38,9	269,8	
1	Сок фруктовый	100			12	50	2008/442
	Итого за 2-ой завтрак	100			12	50	
ОБЕД							
1	Помидор соленный	30	0,3		0,7	17,9	2011/28
2	Рассольник Ленинградский с перловой крупой (пюре)	150	4,5	3,8	7,6	52,3	2008/91
3	Плов с мясом	150	10,4	9,4	28,1	287,9	2011/265
4	Хлеб ржано - пшеничный	40	2,4	0,5	12,6	66,2	2008
5	Компот из ягод смородины	150			17,5	69,7	2008/402
	Итого за обед	550	17,6	13,7	66,5	494	
ПОЛДНИК							
1	Напиток «Снежок»	150	2,3	2,4	3,5	45	2008/434
2	Булочка с творогом «Ватрушка»	50	2,7	1	11,1	103	2012/453
	Итого за полдник	200	5	3,4	14,6	148	
УЖИН							
1	Картофельное пюре	100	1,1	2,8	10,7	70,3	2008/335
2	Тефтели рыбные	50	3,4	2,7	6,1	62,5	2008/245
3	Соус томатный	30	0,2	1,7	2,2	25,7	2008/364
4	Напиток из плодов шиповника	150	0,5		9,2	79,1	2008/441
5	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,5	2008
	Итого за ужин	360	7,5	7,4	43	308,1	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		36	29	218	1270	

Калькулятор  М.С. Куликова

МЕНЮ
13 августа 2024г
Сад 3 – 7 лет

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК							
1	Каша молочная «Дружба»	200	4,9	4,7	20,6	160,4	2008/190
2	Кофейный напиток с молоком сгущённым	180	2	1,4	21,9	117,1	2011/390
3	Бутерброд с маслом	40/7	1,6	0,3	9,7	94	2014/1
	Итого за завтрак	427	8,5	6,4	52,2	371,5	
2-ой завтрак							
1	Сок фруктовый	150			18	75	2008/442
	Итого за 2-ой завтрак	150			18	75	
ОБЕД							
1	Помидор соленый	60	0,5		1,5	35,8	2011/28
2	Рассольник Ленинградский с перловой крупой	180	1,5	2,1	9,1	74,8	2008/91
3	Плов с мясом	180	13,9	12,5	37,4	383,9	2011/265
4	Хлеб ржано - пшеничный	50	3,1	0,6	15,8	82,7	2008
5	Компот ягодная смородины	180			21	83,6	2008/402
	Итого за обед	650	19	15,2	84,8	660,8	
ПОЛДНИК							
1	Напиток «Снежок»	200	3	3,2	4,7	67	2008/434
2	Булочка с творогом «Ватрушка»	50	2,7	1	11,1	103	2012/453
	Итого за полдник	250	5,7	4,2	15,8	170	
УЖИН							
1	Пюре картофельное	130	1,4	3,3	13,9	91,4	2008/335
2	Тефтели рыбные	50	3,4	2,7	6,1	62,5	2008/245
3	Соус томатный	50	0,4	2,9	3,7	42,9	2008/364
4	Напиток из плодов шиповника	180	0,6		23	94,9	2008/441
5	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	94	2008
	Итого за ужин	450	8,8	9,2	66,4	385,7	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		42	35	237	1663	

Калькулятор  М.С. Куликова