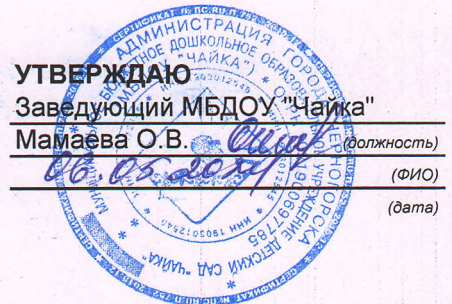


Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая на цельном молоке	130	5,06	5,51	19,51	147,76	168.4.1
	Чай с сахаром и лимоном	180	1,85	0,00	9,97	54,92	393з
	Бутерброды с повидлом	40	2,37	0,30	14,49	70,5	2
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	9,28	5,81	43,97	273,18	
ЗАВТРАК 2	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	44	368
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,40	0,40	9,80	44	
ОБЕД							
	Свекольник на м/к бульоне со сметаной	150	7,21	7,08	20,33	175,2	63.1
	Рис отварной	110	2,52	3,89	20,44	127,01	315
	Компот из сухофруктов	150	0,12	0,00	12,91	49,27	376
	Огурцы соленые	20	0,16	0,02	0,34	2,6	57
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,68	0,72	25,80	130,8	700
	Рыба, тушенная с овощами	50	7,61	3,06	1,99	66,34	247.1
ИТОГО ЗА ОБЕД		510	22,30	14,77	81,81	551,22	
ПОЛДНИК							
	Ватрушки	55	8,11	7,43	31,98	226,01	466
	Чай с молоком	150	2,22	1,88	11,94	72,58	394
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		205	10,33	9,31	43,92	298,59	
УЖИН							
	Суп Волна на м/к бульоне	180	5,83	5,31	17,60	141,98	766.1
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94	701
	Чай	180	0,36	0,00	0,07	3,44	391
ИТОГО ЗА УЖИН		400	9,35	5,71	36,99	239,42	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1565	51,66	36,00	216,49	1406,41	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1565	51,66	36,00	216,49	1406,41	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1565	51,66	36,00	216,49	1406,41	



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая на цельном молоке	150	5,84	6,36	22,52	170,49	168.4.1
	Чай с сахаром и лимоном	200	2,06	0,00	11,08	61,02	393з
	Бутерброды с повидлом	50	2,96	0,38	18,11	88,12	2
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	10,86	6,74	51,71	319,63	
ЗАВТРАК 2	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	44	368
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,40	0,40	9,80	44	
ОБЕД	Свекольник на м/к бульоне со сметаной	180	8,66	8,50	24,39	210,24	63.1
	Рис отварной	130	2,98	4,60	24,15	150,1	315
	Компот из сухофруктов	180	0,14	0,00	15,50	59,13	376
	Огурцы соленные	20	0,16	0,02	0,34	2,6	57
	Хлеб ржано-пшеничный	40	6,24	0,96	34,40	174,4	700
	Рыба, тушеная с овощами	70	10,66	4,28	2,79	92,88	247.1
ИТОГО ЗА ОБЕД		620	28,84	18,36	101,57	689,35	
ПОЛДНИК	Ватрушки	65	9,58	8,78	37,80	267,1	466
	Чай с молоком	200	2,96	2,50	15,92	96,78	394
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		265	12,54	11,28	53,72	363,88	
УЖИН	Суп Волна на м/к бульоне	200	6,48	5,90	19,56	157,76	766.1
	Чай	200	0,40	0,00	0,08	3,82	391
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,5	701
ИТОГО ЗА УЖИН		450	10,83	6,40	43,79	279,08	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1835	63,47	43,18	260,59	1695,94	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1835	63,47	43,18	260,59	1695,94	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1835	63,47	43,18	260,59	1695,94	