

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (М. М. Мусанова)

24.09.2024

Меню на 24.09.2024

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак 1										
Суп молочный с макаронными изделиями	150	150	4,3	4,3	3,9	3,9	27,09	27,09	108,87	108,87
Булка с маслом	25	0	1,53	0	4,72	0	9,14	0	85	0
Гренка с маслом и тертым сыром	0	45	0	4,73	0	8,11	0	16,56	0	138,83
Кофейный напиток с молоком	160	180	2,53	2,84	2,14	2,41	12,77	14,36	80,83	90,94
Яблоко	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	47	47
Завтрак 2										
Сок	100	0	0	0	0	0	11,2	0	45	0
Напиток витаминизированный	0	100	0	0	0	0	0	9,5	0	40
На весь день										
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед										
Борщ со свиной	150	200	1,1	1,46	2,94	3,92	7,65	10,2	61,5	82
Котлета из свинины	70	80	7,28	8,32	22,42	25,62	10,19	11,65	272,12	310,99
Рис отварной с маслом	110	130	2,67	3,16	3,94	4,65	26,84	31,72	153,77	181,73
Икра кабачковая	50	60	0,45	0,54	2,35	2,82	2,95	3,54	34,8	41,76
Хлеб ржаной	30	40	1,98	2,64	0,36	0,48	10,02	13,36	51,99	69,32
Компот из сухофруктов	160	180	0,35	0,4	0,02	0,02	22,24	25,02	97,57	109,76
Полдник										
Кефир	120	130	3,6	3,9	3	3,25	4,8	5,2	63,6	68,9
Гренка в молоке	40	50	4,21	5,26	7,21	9,01	22,72	28,4	123,4	154,25
Яйцо	1	1	0,13	0,13	0,11	0,11	0,01	0,01	1,58	1,58
Ужин 1										
Рыба запеченая в духовке	60	70	14,94	17,43	9,32	10,88	2,57	3	70,79	82,59
Картофель отварной	110	130	2,17	2,56	2,96	3,5	17,08	20,19	103,59	122,42
Свекла кусочком	0	50	0	0,84	0	0,09	0	4,98	0	22
Свекла перетертая с луком	50	0	0,71	0	3,05	0	4,18	0	46,95	0
Булка	30	30	2,25	2,25	0,9	0,9	15,6	15,6	78	78
Кисель на соке	160	180	0,45	0,5	0,05	0,05	17,94	20,18	98,83	111,19
Рекомендованный ужин 2										

Исполнитель: Врач (диетсестра) _____ (Т.В. Апарина)

Шеф - повар: _____ (Л.А. Лавриненко)