

Меню на 13.10.2023

Категория
Довольствующихся: сад 12 ч.



5

| Наименование блюда | Выход блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергет. ценность (ккал) | № рецептуры |
|------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------|-------------|
| Завтрак | | | | | | |
| Суп молочный пшеничный | 200 | 5,7 | 5,48 | 18,57 | 146,8 | 94 |
| Какао с молоком | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107 | 397 |
| Бутерброд с маслом | 40 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 | 1 |
| ИТОГО: | 420 | 11,8 | 16,2 | 49 | 389,8 | |
| 2-й завтрак | | | | | | |
| Сок фруктовый | 180 | 0,9 | 0 | 18,18 | 76,8 | 399 |
| Обед | | | | | | |
| Хлеб ржаной | 45 | 2,97 | 0,54 | 15,03 | 78,3 | б/н |
| Овощной суп с говядиной и сметаной | 200 | 2,99 | 4,7 | 7,8 | 86,24 | 67 |
| Напиток из плодов шиповника | 180 | 0,61 | 0,25 | 18,67 | 79 | 398 |
| Салат летний | 150 | 0,61 | 2,59 | 3,22 | 38,75 | 16 |
| Плов из птицы | 200 | 21,2 | 7,35 | 33,9 | 286,5 | 304 |
| ИТОГО: | 835 | 29,28 | 15,43 | 96,8 | 645,59 | |
| Уплотнённый полдник | | | | | | |
| Чай с сахаром | 180 | 0,06 | 0,02 | 9,99 | 40 | 392 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,4 | 17,72 | 94 | б/н |
| Джем | 20 | 0,12 | 0,04 | 14,08 | 54,6 | б/н |
| Запеканка творожная | 150 | 26,64 | 18,15 | 27,55 | 379,5 | 237 |
| Кондитерское изделие | 30 | 1,29 | 1,44 | 13,65 | 74,5 | б/н |
| ИТОГО: | 445 | 31,07 | 20,05 | 82,99 | 642,6 | |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ | | 72,15 | 52,13 | 228,79 | 1677,99 | |

Повар _____ Берестовая Н. М.

Мед. сестра _____ Григорьева А. М.