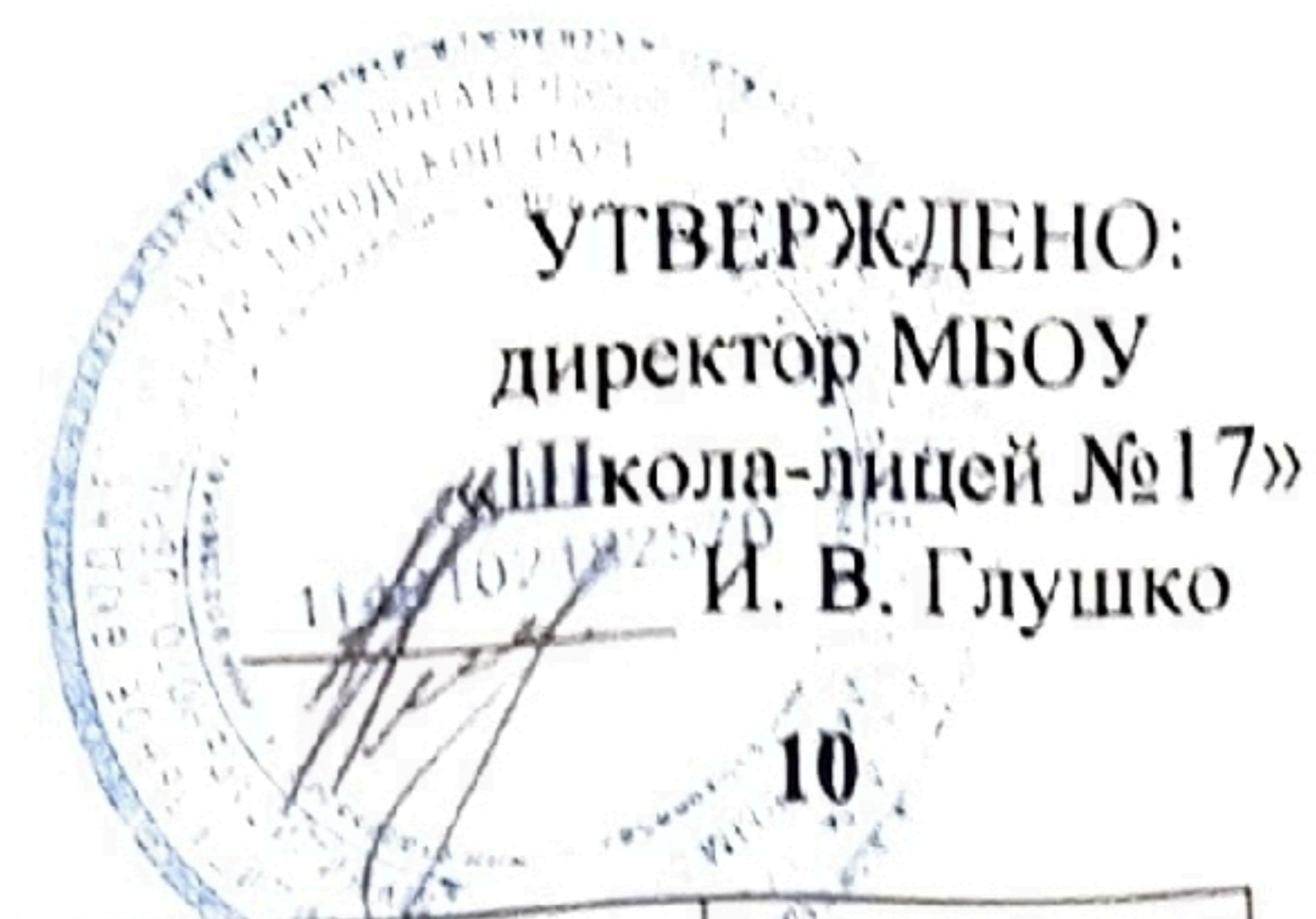




Меню на 20.10.2023

Категория
Довольствующихся: сад 12 ч.



Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность (ккал)	№ рецептур ы
Завтрак						
Каша молочная «Дружба»	200	5,8	3,5	28,9	162,5	185
Кофейный напиток	180	2,85	2,41	14,36	91	395
Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	1
ИТОГО:	425	11,1	13,46	57,88	389,5	
2-й завтрак						
Фрукты свежие	100	1,5	0,5	21,00	95	368
Обед						
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	б/н
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200	4,48	2,42	12,53	89,8	84
Салат из свежих помидоров и огурцов	50	0,54	3,08	1,73	36,86	15
Биточки из говядины рубленные	80	11,92	8,80	11,64	173	282
Соус томатный	30	0,34	1,26	2,4	22,35	348
Каша ячневая	155	3,3	4,06	21,24	135	168
Компот из сухо фруктов	180	0,4	0,02	24,99	102	376
ИТОГО:	835	25,64	20,54	114,85	748,01	
Уплотнённый полдник						
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	392
Булочка ванильная	50	3,96	4,06	27,24	162	467
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,3	б/н
Рагу овощное	220	4,18	9,5	19,72	181,06	342
ИТОГО:	495	11,17	14,12	71,98	461,36	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		57,91	48,12	244,71	1598,87	

Повар  Берестовая Н. М.
Мед. сестра  Григорьева А.М.