

Категория  
Довольствующихся: сад 12 ч.

**Меню на 25.10.2023**



3

Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>						
Суп овсяный молочный	200	5,92	5,93	17,92	148,8	94
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	392
Бутерброд с маслом и сыром	45	4,73	6,68	14,56	139	3
<b>ИТОГО:</b>	<b>425</b>	<b>10,71</b>	<b>12,63</b>	<b>42,47</b>	<b>327,8</b>	
<b>2-й завтрак</b>						
Сок фруктовый	180	0,9	0	18,18	76,8	399
<b>Обед</b>						
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	17,72	94	б/н
Свекольник	200	1,63	4	11,2	87,8	58
Салат из свежих помидоров с зелёным луком	50	0,48	3,06	1,54	35,7	15
Тефтеля рыбная из горбуши	80	11	4,51	2,4	92,35	-
Каша пшённая	155	6,8	5,61	39,05	234	165
Компот из сухофруктов	180	0,4	0,02	24,99	102	376
<b>ИТОГО:</b>	<b>885</b>	<b>23,47</b>	<b>17,6</b>	<b>115,08</b>	<b>722,65</b>	
<b>Уплотнённый полдник</b>						
Чай с лимоном	180	0,12	0,02	10,2	41	393
Хлеб ржаной	40	2,97	0,54	15,03	78,3	б/н
Фрукты свежие	100	1,5	0,5	21,00	95	368
Рагу овощное	220	4,18	9,5	19,72	181,06	342
Булочка Домашняя	50	3,64	6,26	26,96	179	469
<b>ИТОГО</b>	<b>590</b>	<b>12,41</b>	<b>16,82</b>	<b>92,91</b>	<b>574,36</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>46,28</b>	<b>47,05</b>	<b>250,46</b>	<b>1624,81</b>	

Повар Мохник Н. Т.

Мед. сестра Григорьева А.М.