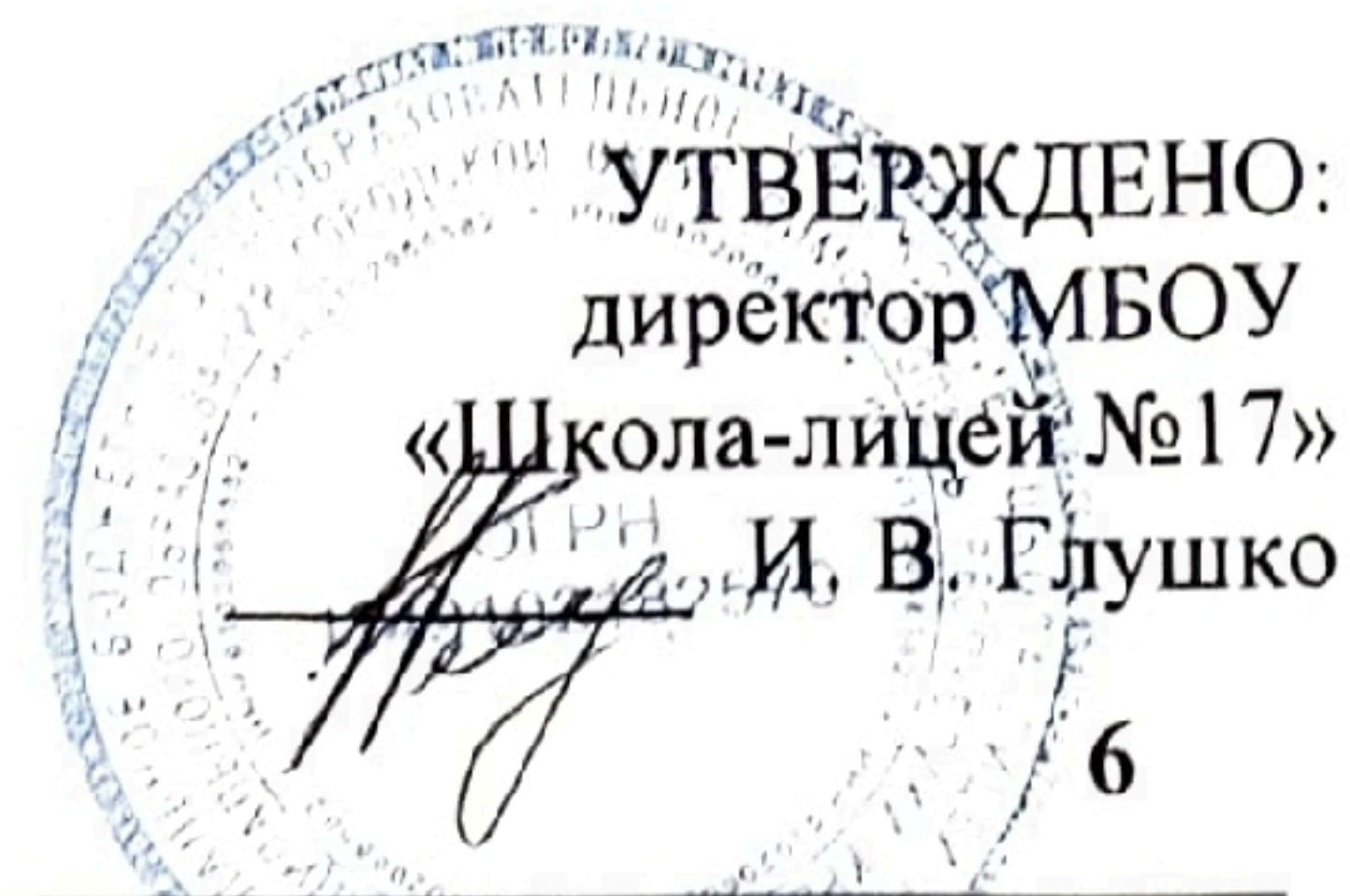
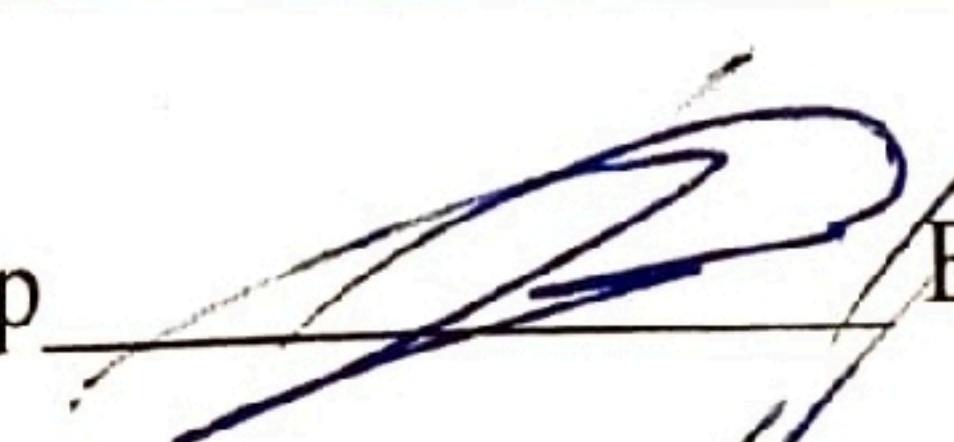


Меню на 30.10.2023

Категория
Довольствующихся: сад 12 ч.



Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак						
Суп овсяный молочный	200	5,92	5,93	17,92	148,8	94
Кофейный напиток	180	2,85	2,41	14,36	91	395
Бутерброд с маслом и сыром	45	4,73	6,68	14,56	139	2
ИТОГО:	425	13,5	15	46,9	378	
2-й завтрак						
Йогурт	180	5,40	1,80	7,20	67	401
Обед						
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,3	б/н
Суп картофельный с бобовыми и сухарями	200	4,39	4,21	13,05	107,8	81
Салат из моркови с яблоком	50	0,43	2,61	3,93	40,95	40
Каша рисовая с маслом	150	2,56	4,17	8,87	154,05	314
Котлеты рыбные любительские	80	10,95	3,70	8,69	112	256
Компот из сухофруктов	180	0,4	0,02	24,99	102	376
ИТОГО	885	27,1	17,05	81,76	662,1	
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
Молоко сгущённое	30	2,16	2,55	16,65	98,4	-
Запеканка творожная с морковью	150	17,49	15,43	35,67	351	238
Кондитерское изделие	30	1,29	1,44	13,65	74,5	-
ИТОГО:	430	24,16	19,84	93,68	657,9	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		64,76	51,89	222,34	1698	

Повар  Берестовая Н. М.

Мед. сестра  Григорьева А.М.