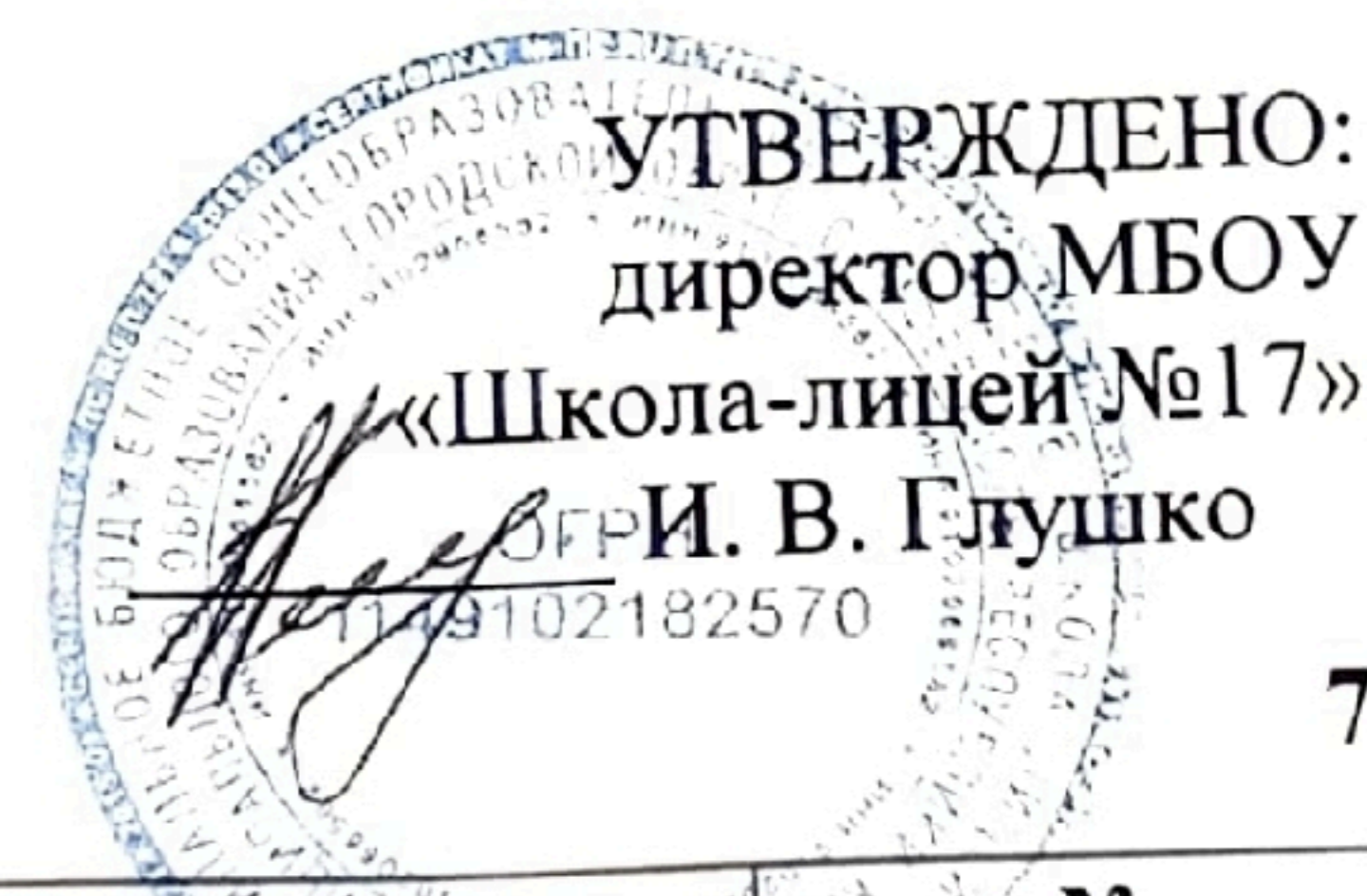


Категория  
Довольствующихся: сад 12 ч. **Меню на 14.11.2023**



7

Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>						
Суп молочный с гречкой	200	5,97	5,47	17,08	141,6	94
Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89	394
Бутерброд с маслом и сыром	45	4,73	6,68	14,56	139	3
<b>ИТОГО:</b>	<b>425</b>	<b>13,37</b>	<b>14,49</b>	<b>45,95</b>	<b>369,6</b>	
<b>2-й завтрак</b>						
Фрукты свежие	100	1,5	0,5	21,00	95	368
<b>Обед</b>						
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	17,72	94	б/н
Свекольник	200	7,1	4,84	12,40	121,7	58
Салат из капусты белокочанной	50	0,704	2,54	4,5	43,7	20
Макароньы отварные с маслом	155	5,68	4,36	27,25	171	205
Птица тушёная в томатном соусе	80	8,3	13,07	4,46	82,9	301/349
Компот фруктово-ягодный	180	0,39	0,018	24,99	101,7	376
<b>ИТОГО</b>	<b>805</b>	<b>26,8</b>	<b>25,7</b>	<b>112</b>	<b>710</b>	
<b>Уплотнённый полдник</b>						
Ватрушка	50	6,59	3,91	20,84	144,29	458
Компот яблочный витаминизированный	180	0,14	0,14	21,49	103,14	372
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,3	б/н
Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,43	137,25	321
Салат из кукурузы	50	1,4	3,14	4,02	49,65	12
<b>ИТОГО:</b>	<b>475</b>	<b>14,16</b>	<b>2,53</b>	<b>81,81</b>	<b>512,63</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>54,33</b>	<b>42,72</b>	<b>239,76</b>	<b>1592,23</b>	

Повар  Берестовая Н. М.

Мед. сестра  Григорьева А.М.