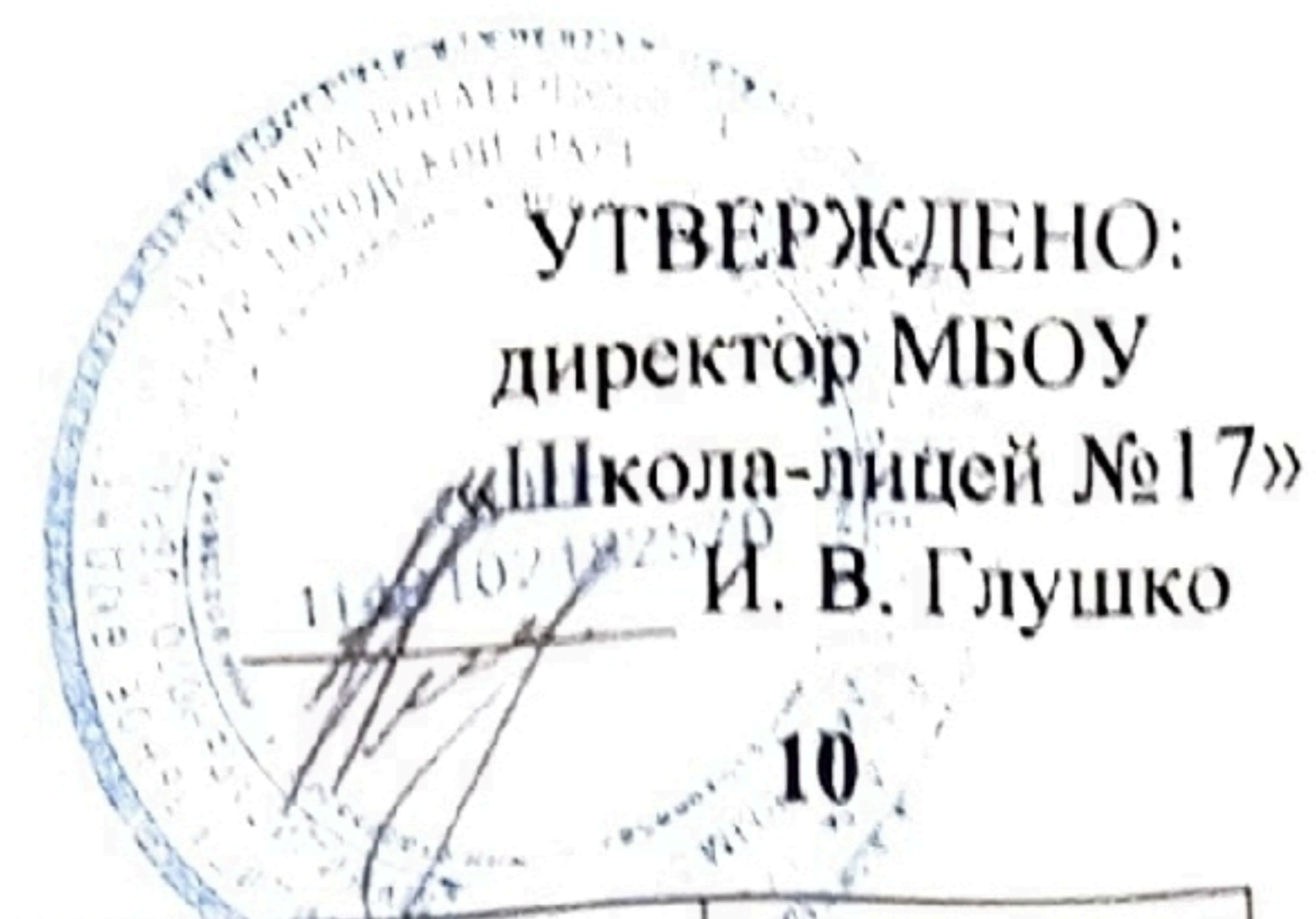




Меню на 01.12.2023

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 рубленые | 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.