

Категория
Довольствующихся: сад 12 ч.

Меню на 22.11.2023



3

Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак						
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
ИТОГО:	425	10,71	12,63	42,47	327,8	
2-й завтрак						
Сок фруктовый	180	0,9	0	18,18	76,8	399
Обед						
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
ИТОГО:	885	23,47	17,6	115,08	722,65	
Уплотнённый полдник						
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
ИТОГО	590	12,41	16,82	92,91	574,36	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		46,28	47,05	250,46	1624,81	

Повар Мохник Н. Т.

Мед. сестра Григорьева А.М.