

Меню Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя1 день2								
Завтрак	каша геркулесовая молочная	150	4,76	6,38	16,40	1,46	140,25	№93
	бутерброд с маслом	20/4	1,54	3,46	9,75	0,00	78,00	№1
	чай с лимоном	150/9/4	0,40	0,00	9,10	1,60	35,00	№200,264
Итого за завтрак			6,70	9,84	35,25	3,06	253,25	
Дополнительный завтрак	йогурт	140	4,60	4,48	5,60	1,19	82,60	№251
ИТОГО			11,30	14,32	40,85	4,25	335,85	
Обед	суп уха	200	4,24	5,20	20,24	9,64	112,80	№41
	бефстроганов из печени	60	11,12	6,14	6,71	1,99	130,23	№83
	соус белый основной	30	0,22	1,20	1,72	0,74	16,48	№460
	пюре картофельное	120	2,44	4,19	14,45	14,36	113,60	№206
	закуска :икра кабачковая	45	0,54	2,12	3,47	4,32	35,10	№ тех.карта 111
	кисель плодово-ягодный	150	0,00	0,00	13,50	0,00	46,50	№233
	хлеб украинский	40	3,30	0,60	16,70	0,00	87,00	№тех.карта 120
	хлеб пшеничный	40	3,60	0,70	17,60	0,00	92,00	№ тех.карта122
Итого за обед			25,46	20,15	94,39	31,05	633,71	
Полдник	творожная запеканка со сгущенным молоком	100/30	12,80	11,50	31,13	0,39	343,27	№117
	чай	150	4,35	3,75	7,20	81,00	81,00	№255
	хлеб пшеничный	100	0,40	0,30	10,30	47,00	47,00	№390
	чай	150	4,35	3,75	7,20	81,00	81,00	№255
	фрукт(банан)	100	1,50	0,50	21,00	10,00	96,00	№390
Итого за полдник			6,25	4,55	38,5	138	224	
ИТОГО за день			49,71	48,86	208,99	176,36	1446,81	

Меню сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя1 день2								
Завтрак	каша геркулесовая молочная	200	6,35	8,51	21,86	1,95	187,00	№93
	бутерброд с маслом	30/5	2,30	4,36	14,62	0,00	108,00	№1
	чай с лимоном	180/12/5	0,40	0,00	12,13	2,00	47,00	№200,264
Итого за завтрак			9,05	12,87	48,61	3,95	342,00	
Дополнительный завтрак	йогурт	150	4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	№251
ИТОГО			13,40	17,67	54,61	5,00	430,50	
Обед	Суп уха	250	5,30	6,50	25,30	12,05	150,30	№41
	бефстроганов из печени	70	13,17	8,13	8,38	2,76	157,26	№83
	пюре картофельное	150	3,05	5,24	18,06	17,95	142,00	№206
	соус белый основной	50	0,36	2,00	2,86	1,23	27,46	№460
	закуска :икра кабачковая	60	0,72	2,83	4,63	5,76	46,80	№ тех.карта 111
	кисель плодово-ягодный	200	0,00	0,00	18,00	0,00	60,00	№233
	хлеб украинский	50	3,30	0,60	16,70	0,00	87,00	№тех.карта 120
	хлеб пшеничный	50	3,60	0,70	17,60	0,00	92,00	№ тех.карта122
Итого за обед			29,50	26,00	111,53	39,75	762,82	
Полдник	фрукт(банан)	100	0,90	0,20	8,10	6,00	43,00	№390
	твор запеканка со сгущ	140/3	19,60	16,70	43,10	0,54	475,30	№117
	чай	70	5,60	4,30	24,48	0,30	182,30	№289,314
	хлеб пшеничный	200	5,80	5,00	9,60	2,60	108,00	№255
	чай	100	0,40	0,30	10,30	5,00	47,00	№390
Итого за полдник			11,8	9,6	44,38	7,9	337,3	
ИТОГО за день			63,75	66,14	259,13	56,60	1872,62	