



Вторая неделя, понедельник
Меню на 21.04.2025

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда ясли/ сад	Пищевые вещества (г) ясли/ сад			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецепт уры
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Каша гречневая рассыпчатая	150-170	8,42-9,54	6,36-7,2	37,7-42,7	239,8-271,7	№ 202
Кофейный напиток с сахаром	180-200	2,52-2,8	2,25-2,5	12,24-13,6	28-30,1	№ 464
Бутерброд с маслом	20-30	1,06-1,6	4,9-7,4	6,6-10,0	74,6-112	№ 71
Итого за завтрак	350-400	12,0-13,94	13,51-17,1	56,54-66,3	342,4-413,8	
ОБЕД						
Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне	180-200	1,74-2,08	2,49-2,98	7,32-8,78	70,38-78,2	№ 129
Запеканка из печени с рисом	70-80	10,4-13,8	3,2-4,2	8,4-11,2	121,3-260	№ 355
Пюре картофельное	110-150	3,51-4,05	5,2-6	7,54-8,7	77-105	№ 377
Морковь отварная	50-50	0,65-0,65	4,55-4,55	3,5-3,5	35-35	№ 156
Компот из сухофруктов	180-180	0,54-0,54	0,09-0,09	18,09-18,09	75,6-75,6	№ 495
Хлеб пшеничный	40-50	3,04-3,8	0,16-0,4	19,68-24,6	93,6-117	№ 573
Итого за обед	630-710	19,88- 24,92	15,69- 18,22	64,53-71,33	472,88-670,8	
ПОЛДНИК						
Рис с овощами	130-150	3-3,6	1,9-2,3	25,9-30,7	158-182,3	№ 241
Чай с молоком	150-180	1,2-1,44	0,97-1,17	8,62-10,35	48-57,6	№ 460
Хлеб пшеничный	20-20	1,36-1,36	0,26-0,26	7,96-7,96	39-39	№ 575
Итого за полдник	300-350	5,56-6,4	3,13-3,73	42,48-49,01	245-278,9	
Итого за весь день		37,44- 45,26	32,33- 39,05	163,55- 186,64	1060,28- 1363,5	