

МЕНЮ 03 МАЯ 2024 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход		Химический состав						Энергетическая ценность, ккал		Витамин С, мг	
		Ясли	Сад	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Ясли	Сад	Ясли	Сад
				Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад				
ЗАВТРАК													
168	КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/4	200/5	5,1	5,67	4,75	5,28	29,3	32,55	180	200	0	0
1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/7	40/8	1,71	3,06	5,28	9,43	10,23	18,27	133	170	0	0
395	КАКАО С МОЛОКОМ	150	200	3,15	4,2	2,72	3,62	12,96	17,28	89	118,66	1,20	1,6
ИТОГО		376	453	9,96	12,93	12,75	18,33	52,49	68,1	402	488,66	1,2	1,6
ВТОРОЙ ЗАВТРАК													
	СОК	100	150	0,5	0,75	0	0	12,7	19,05	52,67	79	4,0	6,0
ОБЕД													
	СУП ХАРЧО С МЯСОМ	150	200	3,276	4,368	5,050	6,734	15,27	20,36	131,376	175,168	10,51	14,01
	ЖАРКОЕ С МЯСОМ	150	180	18,35	19,81	4,70	6,1	16,32	17,95	180	233,1	6,40	7,33
213	ЯЙЦО	1/2	1/2	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	63	63	0	0
376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	200	0,33	0,44	0,015	0,02	20,82	27,76	84,75	113	0,30	0,4
1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	50	1,69	2,6	0,39	0,6	14,42	22,14	69,7	106,66	0	0
ИТОГО		490	630	28,726	32,298	14,755	18,054	67,11	88,49	528,826	690,928	17,21	21,74
ПОЛДНИК													
3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35/25	40/30	6,07	7,08	8,4	9,8	17,54	20,46	174	203	0,22	0,26
392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	200	0,04	0,06	0,01	0,02	6,99	11,1	28,0	44,44	0,02	0,03
ИТОГО		210	270	6,11	7,12	8,5	9,82	24,53	31,56	202	247,44	0,24	0,29
УЖИН													
212	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	200	250	15,6	19,5	14,77	18,46	42,13	52,66	373	466	0,17	0,21
392	ЧАЙ С САХАРОМ	200	250	0,06	0,06	0,02	0,02	11,1	11,1	28,0	44,44	0,02	0,03
ИТОГО		400	500	15,66	19,56	14,79	18,48	53,23	63,76	401	510,44	0,19	0,24