Заместитель директора по ДО

Утверждаю _____ Жалыбина О.Д.

Меню на 2 неделю четверг 25.11.2021

Диета Сезон: Осенне - Зимний

Прием пищи, наименование блюд	Выход блюд (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (к-кал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры
		Б	Ж	У			
День 9							
Завтрак							
Каша пшенная	200/5/3	9,95	9,67	40,13	287	2,4	185
Бутерброд с маслом	20/5	1,23	3,78	7,31	68		1
Кофе с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	1,43	397
Всего Завтрак	***413***	***14,85***	***16,64***	***63,26***	***462***	***3,83***	
Молоко кипяченое	100	0,6	0,45	15,45	69	7,5	368
Всего второй завтрак	***100***	***0,6***	***0,45***	***15,45***	***69***	***7,5***	***368***
Обед							
Салат из соленых огурцов	30	0,68	3,08	3,85	46	6,63	4
Щи со сметаной	200/10	1,68	4,9	7,12	79	11,06	66
Жаркое по-домашнему	45/110	20,80	5,33	18,50	205	7,26	270
Компот из кураги	180	0,61	0,25	18,67	79	90	390
Хлеб пшеничный	28	1,19	0,15	7,25	35		0002
Хлеб ржаной	38	3,3	0,6	16,7	87		0001
Всего в Обед	***651***	***28,26***	***14,31***	***72,09***	***531***	***114,95***	
Полдник							
Варенец	150	6,1	5,44	10,11	113	2,73	400
Печенье	*24*						
Всего в полдник	***174***	***6,1***	***5,44***	***10,11***	***113***	***2,73***	
Ужин							
Сырники с повидлом	125/20	23,36	15,84	14,25	293	0,31	231
Чай с сахаром	180	0,15	0,07	24,15	98	21,96	378
Хлеб пшеничный	20	2,38	0,3	14,5	70		0002
Всего в Ужин	***345***	***25,89***	***16,21***	***52,90***	***461***	***22,27***	
Всего за день	***1683***	***75,70***	***48,44***	***213,81***	***1174***	***147,45***	

Старшая медсестра_____

Шеф-повар _____

Стоимость меню_____