Меню на 2 неделю среда 01.06.2022г.

Утверждаю Заместитель директора по ДО Жалыбина О.Д

Диета Сезон: Весенний - летний

Прием пищи, наименование блюд	Выход блюд (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (к-кал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры
		Б	Ж	У			
День 8							
Завтрак							
Каша гречневая с молоком	200/5/3	4,40	0,48	31,93	182,00	2,18	185
Бутерброд с маслом	20/5	1,23	3,78	7,31	68		1
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	1,17	395
Всего Завтрак	***413***	***15,16***	***15,81***	***62,52***	***453***	***3,35***	
Второй Завтрак							
Напиток из ягод	120	0,22	0,09	16,61	68	2,75	375
Всего второй завтрак	***120***	***0,22***	***0,09***	***16,61***	***68***	***2,75***	
Обед							
Огурец свежий	20	0,71	3,04	4,18	46,95	4,75	33
Суп картофельный с пшеном	200	4,36	3,64	12,31	100	8,91	83
Голубцы ленивые	160/30	14,12	9,04	20,26	219	20,03	298
Компот из шиповника	180	0,39	0,02	24,39	102	11,61	376
Хлеб пшеничный	33	1,19	0,15	7,25	35		0002
Хлеб ржаной	42	3,3	0,6	16,7	87		0001
Всего в Обед	***665***	***24,04***	***16,53***	***84,76***	***589***	***35,93***	
Полдник							
Ряженка	125	3,88	2,36	26,15	141	0,45	466
Булочка венская	50	5,8	5	8,4	102		401
Всего в полдник	***175***	***9,68***	***7,36***	***34,55***	***243***	***0,45***	
Ужин							
Котлеты рыбные запеченные	80	8,02	2,82	5,99	81	0,34	255
Картофельное пюре	150/5	3,06	4,8	20,44	137	18,16	321
Хлеб пшеничный	15	2,38	0,3	14,5	70		0002
Чай с сахаром	180	0,12	0,02	10,2	41	0,02	393
Всего в Ужин	***430***	***13,58***	***7,94***	***51,13***	***329***	***18,52***	
Всего за день	***1803***	***63,96***	***48,14***	***253,96***	***1709***	***60,9***	

Стоимость дня:

Мед. Сестра _____

Шеф-повар _____