

Утверждаю  Заместитель директора по ДО  
Жазыбина О.Д.

Меню на 2 неделю вторник 23.08.2022г.

Диета Сезон: весенне-летний

Прием пищи, наименование блюд	Выход блюд (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (к- кал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры
		Б	Ж	У			
<b>День 7</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша кукурузная с молоком	200/5/3	18,93	13,45	30,41	319	2,18	235
Бутерброд с маслом	20/5	1,2	0,21	5,05	27		0001
Кофе с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	1,43	397
<b>Всего Завтрак</b>	<b>413</b>	<b>24,38</b>	<b>18,21</b>	<b>55,26</b>	<b>483</b>	<b>3,61</b>	
<b>Второй Завтрак</b>							
Напиток из вишни	150	1,4	0,3	12,1	64	2,5	
<b>Всего второй завтрак</b>	<b>150</b>	<b>1,4</b>	<b>0,3</b>	<b>12,1</b>	<b>64</b>	<b>2,5</b>	
<b>Обед</b>							
Огурец свежий	30	1,44	3,09	4,02	49,65	4,65	20
Суп картофельный с клецками	200	1,68	2,69	9,71	70	4,6	85
Котлеты из говядины	60	12,13	9,5	25,7	237	0,09	291
Капуста тушеная	150	3,09	1,5	1,76	138,6	18	321
Компот из сухофруктов	180	0,4	0,02	24,99	102	0,36	376
Хлеб пшеничный	14	1,19	0,15	7,25	35		0002
Хлеб ржаной	36	3,3	0,6	16,7	87		0001
<b>Всего в Обед</b>	<b>670</b>	<b>23,23</b>	<b>17,55</b>	<b>90,13</b>	<b>559,6</b>	<b>27,7</b>	
<b>Полдник</b>							
Снежок	150	3,88	2,36	26,15	141	0,45	466
Гренки	20	6,1	5,44	10,11	113		400
<b>Всего в полдник</b>	<b>170</b>	<b>9,98</b>	<b>7,8</b>	<b>36,26</b>	<b>254</b>	<b>0,45</b>	
<b>Ужин</b>							
Пудинг творожный	130	5,5	11,95	0,2	130	0,29	275
Соус молочный	30	3,13	5,56	14,38	120		132
Хлеб пшеничный	10	2,38	0,3	14,5	70		0002
Чай с сахаром	180	2,67	2,34	14,31	89	0,02	394
<b>Всего в Ужин</b>	<b>350</b>	<b>13,68</b>	<b>42,3</b>	<b>43,39</b>	<b>409</b>	<b>0,31</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1753</b>	<b>72,67</b>	<b>86,16</b>	<b>262,88</b>	<b>1769,6</b>	<b>34,57</b>	

Стоимость меню:

Мед. Сестра \_\_\_\_\_

Шеф-Повар  \_\_\_\_\_