Заместитель директора по ДО
Утверждаю _____ Калыбина О.Д

Меню на 2 неделю вторник 20.09.2022г.

Диета Сезон: весенне-летний

Прием пищи, наименование блюд	Выход блюд (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры
		Б	Ж	У			
День 7							
Завтрак							
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
Всего Завтрак	***413***	***24,38***	***18,21***	***55,26***	***483***	***3,61***	
Второй Завтрак							
Напиток из вишни	130	1,4	0,3	12,1	64	2,5	
Всего второй завтрак	***130***	***1,4***	***0,3***	***12,1***	***64***	***2,5***	
Обед							
Огурец свежий	35	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	26	1,19	0,15	7,25	35		0002
Хлеб ржаной	48	3,3	0,6	16,7	87		0001
Всего в Обед	***699***	***23,23***	***17,55***	***90,13***	***559,6***	***27,7***	
Полдник							
Снежок	160	3,88	2,36	26,15	141	0,45	466
Гренки	20	6,1	5,44	10,11	113		400
Всего в полдник	***180***	***9,98***	***7,8***	***36,26***	***254***	***0,45***	
Ужин							
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	26	2,38	0,3	14,5	70		0002
Чай с сахаром	180	2,67	2,34	14,31	89	0,02	394
Всего в Ужин	***366***	***13,68***	***42,3***	***43,39***	***409***	***0,31***	
Всего за день	***1788***	***72,67***	***86,16***	***262,88***	***1769,6***	***34,57***	

Стоимость меню:

Мед. Сестра _____

Шеф-Повар _____