Заместитель директора по ДО

Утверждаю Жалыбина О.Д.

Меню на 1 неделю вторник 25.10.2022г.

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 2							
Завтрак							
Каша рисовая с молоком	200/5/3	7,96	8,41	45,04	288	2,18	168
Бутерброд с маслом	20/5	6,68	4,99	13,47	126	0,11	0001/7
Кофе с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	1,43	395
Всего Завтрак	***413***	***18,31***	***16,59***	***74,33***	***521***	***3,72***	
Второй Завтрак							
Молоко кипяченое	150	0,29	0,07	21,78	88	2,32	368
Всего второй завтрак	***150***	***0,29***	***0,07***	***21,78***	***88***	***2,32***	***368***
Обед							
Салат из репчатого лука	30	0,4	1,86	2,34	28	2,85	11
Суп гороховый	200	8,61	10,05	12,75	176	11,19	62
Котлеты из говядины	60	9,32	7,07	9,64	139	0,09	282
Капуста тушеная	150	3,13	5,56	14,38	120	18,16	
Компот из шиповника	180	0,61	0,25	18,67	79	90	398
Хлеб пшеничный	22	1,2	0,21	5,05	27		0001
Хлеб ржаной	34	3,3	0,6	16,7	87		0001
Всего в Обед	***676***	***26,61***	***35,02***	***83,12***	***756***	***115,07***	
Полдник							
Снежок	130	5,8	5	8,4	102	0,6	401
Булочка с присыпкой	50	3,88	2,36	26,15	141		466
Всего в полдник	***180***	***9,68***	***7,36***	***34,55***	***243***	***0,6***	
Ужин							
Рыба в омлете	100/54	25,4	7,27	5,15	188	0,6	249
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,46	38	0,03	394
Хлеб пшеничный	10	1,59	0,2	9,67	47		0002
Всего в Ужин	***344***	***27,05***	***7,49***	***24,28***	***273***	***0,63***	
Всего за день	***1763***	***81,94***	***66,53***	***238,06***	***1881***	***122,34***	

Старшая медсестра _____

Шеф-повар _____

Стоимость меню: