Утверждаю _____ Заместитель директора по ДО Жальбина О.Д.

Меню на 2 неделю пятница 17.02.2023г.

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 10							
Завтрак							
Каша рисовая с молоком	200/5/3	7,96	8,41	45,04	288	2,18	168
Бутерброд с маслом	20/5	3,2	0,56	13,47	72		0001
Кофе с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17	395
Всего Завтрак	***413***	***14,01***	***11,38***	***72,87***	***451***	***3,35***	
Второй Завтрак							
Сок фруктовый	130	6,1	5,44	10,11	113	2,73	399
Всего второй завтрак	***130***	***6,1***	***5,44***	***10,11***	***113***	***2,73***	
Обед							
Икра кабачковая	50	0,6	2,36	3,86	39	4,8	93
Борщ из св.капусты	200/10	8,61	10,05	12,75	176	11,19	62
Макаронник говяжий	160/5	5,7	4,67	27,33	174		205
Компот из яблок и вишни	180	0,09		22,41	87	2,06	
Хлеб пшеничный	21	1,19	0,15	7,25	35		0002
Хлеб ржаной	31	3,3	0,6	16,7	87		0001
Всего в Обед	***657***	***31,72***	***24,86***	***96,31***	***735***	***18,44***	
Полдник							
Молоко кипяченое	150	5,8	5	8,4	102	0,6	401
Ватрушка с повидлом	55	7,92	8,01	29,96	224	0,09	117
Всего в полдник	***205***	***13,72***	***13,01***	***38,36***	***326***	***0,69***	
Ужин							
Суфле рыбное	120	19,4	9,26	4,88	180	0,38	268
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,46	38	0,03	392
Хлеб пшеничный	10	2,38	0,3	14,5	70		0002
Всего в Ужин	***310***	***21,84***	***9,58***	***28,84***	***288***	***0,41***	
Всего за день	***1715***	***67,28***	***59,13***	***260,83***	***1902***	***25,89***	

Стоимость меню:_____

Мед. сестра_____ Повар _____