

Заместитель директора по ДО
Утверждаю _____ Жалыбина О.Д.



Меню на 1 неделю вторник 2.05.2023г.

Диета Сезон: Весенний - летний

Прием пищи, наименование блюдо	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (к- кал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры
		Б	Ж	У			
День 2							
Завтрак							
Каша рисовая	200/5/3	7,96	8,41	45,04	288	2,18	168
Бутерброд с маслом	20/5	6,68	4,99	2013,47	126	0,11	0001/7
Кофе с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17	395
Всего Завтрак	413	17,50	15,81	72,87	505	3,46	
Второй Завтрак							
Сок фруктовый	130	0,6	0,6	14,7	66	2,05	368
Всего второй завтрак	130	0,6	0,6	14,7	66	2,05	368
Обед							
Огурец соленый	30	0,43	2,55	1,3	30	2,78	19
Суп вермишелевый с рыбными консервами	200	8,61	10,05	12,75	176	11,19	62
Гречка по-купечески с тушенкой	200	3,17	14,98	17,97	220	10,94	137
Компот из смородины	180	0,61	0,25	18,67	79	90	398
Хлеб пшеничный	20	1,2	0,21	5,05	27		0001
Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	16,7	87		0001
Всего в Обед	670	26,64	35,71	82,08	644	115	
Полдник							
Молоко кипяченое	150	4,58	4,08	7,58	85	0,45	401
Булочка с присыпкой	50	4,92	2,7	34,36	183,6		466
Всего в полдник	200	9,68	7,36	34,55	243	0,45	
Ужин							
Омлет натуральный	85	25,4	7,27	5,15	188	0,6	249
Чай с сахаром	180	2,67	2,34	14,31	89	0,02	394
Хлеб пшеничный	25	1,59	0,2	9,67	47		0002
Всего в Ужин	365	29,66	9,81	29,13	324	0,62	
Всего за день	1778	84,08	69,29	233,33	1782	121,58	

Старшая медсестра _____

Повар _____

Стоимость меню: