

Утверждаю  Заместитель директора по ДО  
Жальбина О.Д.

Меню на 2 неделю четверг 27.04.2023г.

Диета Сезон: Весенний – летний



Прием пищи, наименование блюд	Выход блюд (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (к-кал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры
		Б	Ж	У			
<b>День 9</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша пшеничная с молоком	200/5/3	5,67	5,28	37,44	220	2,4	168
Бутерброд с маслом	20/5	1,52	4,74	10,22	90,2		1
Кофе с молоком	180	0,24	0,06	18,15	91	1,43	372
<b>Всего Завтрак</b>	<b>413</b>	<b>7,43</b>	<b>10,08</b>	<b>65,81</b>	<b>401,2</b>	<b>3,83</b>	
<b>Второй Завтрак</b>							
Яблоко	110	0,4	0,4	9,8	44	7,5	368
<b>Всего второй завтрак</b>	<b>110</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>44</b>	<b>7,5</b>	<b>368</b>
<b>Обед</b>							
Огурец свежий	40	0,74	2,53	4,32	42	5,5	42,9
Щи из свежей капусты со сметаной	200/10	15,47	12,42	3,96	189	16,03	57
Жаркое домашнему	160	20,8	5,33	18,5	205	7,26	276
Компот из сухофруктов	180	0,39	0,02	24,39	102	1,55	376
Хлеб пшеничный	18	1,19	0,15	7,25	35		0002
Хлеб ржаной	45	3,3	0,6	16,7	87		0001
<b>Всего в Обед</b>	<b>653</b>	<b>41,9</b>	<b>21,05</b>	<b>75,12</b>	<b>660</b>	<b>23,08</b>	
<b>Полдник</b>							
Варенец	145	4,5	1,5	6	56	2,73	401
Гренки	20	2,48	0,32	15,21	73,6		115
<b>Всего в полдник</b>	<b>165</b>	<b>6,98</b>	<b>1,82</b>	<b>21,21</b>	<b>129,6</b>	<b>2,73</b>	
<b>Ужин</b>							
Сырники с повидлом	125/30	18,69	12,67	11,4	234	0,31	231
Кисель со смородиной	180	0,15	0,07	24,15	98	21,96	378
Хлеб пшеничный	10	2,38	0,3	14,5	70		0002
<b>Всего в Ужин</b>	<b>345</b>	<b>21,22</b>	<b>13,04</b>	<b>50,05</b>	<b>304,9</b>	<b>22,27</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1686</b>	<b>58,80</b>	<b>48,44</b>	<b>221,79</b>	<b>1560</b>	<b>59,41</b>	

Мед. Сестра  \_\_\_\_\_

Стоимость меню \_\_\_\_\_

Повар  \_\_\_\_\_