Заместитель директора по ДО
Утверждаю Жалыбина О.Д

Меню на 2 неделю понедельник 22.05.2023г.

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			
День 6							
Завтрак							
Каша геркулесовая на молоке	200/5/3	9,42	10,49	33,29	265	2,53	185
Какао с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17	395
Бутерброд с маслом	20/5	1,23	3,78	7,31	68		1
Всего Завтрак	***413***	***13,50***	***16,68***	***54,96***	***424***	***3,7***	
Второй Завтрак							
Сок фруктовый	140	0,75		15,15	64	3	399
Всего второй завтрак	***140***	***0,75***		***15,15***	***64***	***3***	
Обед							
Огурец соленый	30	0,43	2,55	1,3	30	2,78	19
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,71	84	6,6	82
Куры тушеные с овощами	180	9,09	6,5	16,49	151	7,34	302
Компот из вишни	180	0,39	0,02	24,99	102	2,2	378
Хлеб пшеничный	40	1,19	0,15	7,25	35		0002
Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	16,7	87		0001
Всего в Обед	***670***	***16,55***	***12,09***	***80,43***	***489***	***18,92***	
Полдник							
Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	6,3	76	2,05	400
Булочка с присыпкой	50	3,88	2,36	26,15	141		466
Всего в полдник	***200***	***9,98***	***7,80***	***36,26***	***254***	***2,05***	
Ужин							
Омлет натуральный	80/5	7,52	13,46	1,51	157	0,15	215
Кисель из смородины	180	0,08	0,04	23,53	95	1,65	378
Хлеб пшеничный	40	2,38	0,3	14,5	70		0002
Всего в Ужин	***305***	***9,98***	***13,8***	***39,54***	***322***	***1,80***	
Всего за день	***1728***	***50,76***	***50,37***	***226,69***	***1553***	***29,47***	

Стоимость меню:

Мед. Сестра _____

Повар _____