

Утверждаю  Заместитель директора по ДО
Жалыбина О.Д.

Меню на 2 неделю вторник 23.05.2023г.

Диета Сезон: весенне-летний



Прием пищи, наименование блюд	Выход блюд (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (к- кал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры
		Б	Ж	У			
День 7							
Завтрак							
Каша «Дружба» молочная	200/5/3	18,93	13,45	30,41	319	2,18	235
Бутерброд с маслом	20/5	1,2	0,21	5,05	27		0001
Кофе с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	1,43	397
Всего Завтрак	413	24,38	18,21	55,26	483	3,61	
Второй Завтрак							
Напиток из смородины	130	1,4	0,3	12,1	64	2,5	
Всего второй завтрак	130	1,4	0,3	12,1	64	2,5	
Обед							
Салат из кукурузы	40	1,44	3,09	4,02	49,65	4,65	20
Суп картофельный с клецками	200	1,68	2,69	9,71	70	4,6	85
Котлеты из говядины	60	12,13	9,5	25,7	237	0,09	291
Капуста тушеная	150	3,09	1,5	1,76	138,6	18	321
Компот из сухофруктов	180	0,4	0,02	24,99	102	0,36	376
Хлеб пшеничный	25	1,19	0,15	7,25	35		0002
Хлеб ржаной	43	3,3	0,6	16,7	87		0001
Всего в Обед	698	23,23	17,55	90,13	559,6	27,7	
Полдник							
Снежок	150	3,88	2,36	26,15	141	0,45	466
Гренки	20	6,1	5,44	10,11	113		400
Всего в полдник	170	9,98	7,8	36,26	254	0,45	
Ужин							
Пудинг творожный	125	5,5	11,95	0,2	130	0,29	275
Соус молочный	30	3,13	5,56	14,38	120		132
Хлеб пшеничный	20	2,38	0,3	14,5	70		0002
Чай с сахаром	180	2,67	2,34	14,31	89	0,02	394
Всего в Ужин	355	13,68	42,3	43,39	409	0,31	
Всего за день	1766	72,67	86,16	262,88	1769,6	34,57	

Стоимость меню:

Мед. Сестра _____

Повар  _____