Заместитель директора по ДО
Утверждаю Жалыбина О.Д

Меню на 2 неделю четверг 25.05.2023г.

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 9							
Завтрак							
Каша пшенная 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
Всего Завтрак	***413***	***7,43***	***10,08***	***65,81***	***401,2***	***3,83***	
Второй Завтрак							
Яблоко	110	0,4	0,4	9,8	44	7,5	368
Всего второй завтрак	***110***	***0,4***	***0,4***	***9,8***	***44***	***7,5***	***368***
Обед							
Огурец свежий	35	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 по-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
Всего в Обед	***648***	***41,9***	***21,05***	***75,12***	***660***	***23,08***	
Полдник							
Варенец	130	4,5	1,5	6	56	2,73	401
Печенье	28	2,48	0,32	15,21	73,6		115
Всего в полдник	***158***	***6,98***	***1,82***	***21,21***	***129,6***	***2,73***	
Ужин							
Пудинг творожный с повидлом	120/20	18,69	12,67	11,4	234	0,31	231
Чай с сахаром	180	0,15	0,07	24,15	98	21,96	378
Хлеб пшеничный	16	2,38	0,3	14,5	70		0002
Всего в Ужин	***336***	***21,22***	***13,04***	***50,05***	***304,9***	***22,27***	
Всего за день	***1665***	***58,80***	***48,44***	***221,79***	***1560***	***59,41***	

Мед. Сестра _____

Повар _____

Стоимость меню____