

Заместитель директора по ДО  
 Утверждаю *Оле* О.Д. Жалыбина



Меню на 2 неделю пятница 26.05.2023г.

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			
<b>День 10</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша рисовая с молоком	200/3/5	7,96	8,41	45,04	288	2,18	168
Бутерброд с маслом	20/5	3,2	0,56	13,47	72		0001
Кофе с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17	395
<b>Всего Завтрак</b>	<b>413</b>	<b>14,01</b>	<b>11,38</b>	<b>72,87</b>	<b>451</b>	<b>3,35</b>	
<b>Второй Завтрак</b>							
Сок фруктовый	130	0,45	0,4	9,8	44	10	44
<b>Всего второй завтрак</b>	<b>130</b>	<b>0,45</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>44</b>	<b>10</b>	
<b>Обед</b>							
Икра кабачковая	50	0,6	2,36	3,86	39	4,8	93
Борщ из св. капусты со сметаной	200/10	8,61	10,05	12,75	176	11,19	62
Котлеты из говядины/отварные макароны	60/155	17,93	11,73	33,34	311	0,39	292
Компот из вишни	180	0,09		22,41	87	2,75	
Хлеб пшеничный	30	1,19	0,15	7,25	35		0002
Хлеб ржаной	32	3,3	0,6	16,7	87		0001
<b>Всего в Обед</b>	<b>725</b>	<b>31,72</b>	<b>24,86</b>	<b>96,31</b>	<b>735</b>	<b>19,84</b>	
<b>Полдник</b>							
Молоко кипяченое	150	5,8	5	8,4	102	2,05	401
пряник	20	7,92	8,01	29,96	224		117
<b>Всего в полдник</b>	<b>170</b>	<b>13,72</b>	<b>13,01</b>	<b>38,36</b>	<b>326</b>	<b>2,05</b>	
<b>Ужин</b>							
Праздничный «КУХ»	150	19,4	9,26	4,88	180	0,38	268
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,46	38	0,03	392
<b>Всего в Ужин</b>	<b>330</b>	<b>21,84</b>	<b>9,58</b>	<b>28,84</b>	<b>288</b>	<b>0,41</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1768</b>	<b>81,74</b>	<b>59,23</b>	<b>277,37</b>	<b>1844</b>	<b>35,65</b>	

Стоимость меню:

Мед. Сестра *С*

Повар *М*