

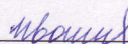

 Заместитель директора по ДО
 Утверждаю _____ Жалыбина О.Д.

Меню на среду 06.09.2023г.

Диета Сезон: Осенне- зимний

Прием пищи, наименование блюд	Выход блюд (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (к- кал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры
		Б	Ж	У			
Завтрак							
Пудинг творожный с морковью	150	18,93	13,45	30,41	319	0,24	235
Соус молочный	30	0,58	1,36	3,98	30	0,1	351
Бутерброд с маслом	20/5	1,23	3,78	7,31	68		1
Кофе с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17	397
Всего Завтрак	385	23,59	21,00	56,06	508	1,51	
Второй Завтрак							
Напиток из смородины	130	1,4	0,3	12,1	64	90	368
Всего второй завтрак	130	1,4	0,3	12,1	64	90	
Обед							
Огурец свежий	26	0,71	3,04	4,18	46,95	4,75	33
Борщ со сметаной	200	4,39	4,21	13,05	107	4,65	81
Гуляш из отварного мяса	43/60	15,42	12,41	3,96	189	5,62	277
Перловка отварная	130/5	3,86	3,76	27,46	159		313
Компот из сухофруктов	180	0,39	0,02	24,99	102	0,36	376
Хлеб пшеничный	29	1,19	0,15	7,25	35		0002
Хлеб ржаной	36	3,3	0,6	16,7	87		0001
Всего в Обед	709	28,98	23,70	94,11	709	13,41	
Полдник							
Варенец	125	6,1	5,44	10,11	113	2,73	400
Рогалик с повидл	50	3,19	2,13	31,51	159	0,06	456
Всего в полдник	175	9,29	7,57	41,62	272	2,79	
Ужин							
Салат из свежей капусты	40	7,91	6,51	18,19	145,2	0,91	
Картофельное пюре	150/5	3,06	4,8	20,44	137	18,16	321
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,46	38	0,03	392
Хлеб пшеничный	30	2,38	0,3	14,5	70		0002
Всего в Ужин	405	10,35	6,83	42,15	253,2	0,94	93
Всего за день	1804	70,99	61,11	271,49	1916	53,61	

Старшая медсестра _____ 

Повар _____ 

Стоимость меню _____