

На 09 апреля 2024г. Меню

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад «Липка»  
Стюфляева Е.В.



Наименование блюд		Выход	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецепт
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак			Грамммы					
1	Каша пшенная молочная жидкая	250	8,45	13,025	32,325	281,175	1,125	70
2	Чай с молоком	200	2,42	1,8	23,22	115,56	1,1232	868
3	Бутерброд со сливочным маслом	40	2,448	7,552	14,62	136	0	1
	<b>Итого завтрак</b>		<b>13,318</b>	<b>22,377</b>	<b>70,165</b>	<b>532,735</b>	<b>2,2482</b>	
	<b>2 завтрак</b>							
1	Сок фруктовый	167	0,95	0,07	18,23	71,32	6,8	134
	<b>Итого 2 завтрак</b>		<b>0,95</b>	<b>0,07</b>	<b>18,23</b>	<b>71,32</b>	<b>6,8</b>	
	<b>Обед</b>							
1	Салат из свеклы	40	0,568	2,436	3,344	37,56	3,8	33
2	Суп картофельный с бобовыми	250	11,725	7,325	12,225	190,7	7,2318	774
3	Котлеты рубленые из кур	80	10,184	14,576	8,304	205,336	0,32	307
4	Рис отварной	180	4,374	6,444	44,028	251,64	0	315
5	Хлеб ржано-пшеничный	70	5,39	0,98	0	140,7	0	6/н
6	Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4	376
	<b>Итого обед</b>		<b>32,681</b>	<b>31,781</b>	<b>95,661</b>	<b>938,936</b>	<b>11,7518</b>	
	<b>Уплотненный полдник</b>							
1	Булочка домашняя	90	6,3	10,602	48,096	314,001	0	411
2	Кофейный напиток с молоком	200	2,808	2,394	12,762	84,006	1,17	395
3	Фрукты	100	1,5	0,5	21	95	10	368г
	<b>Итого полдник</b>		<b>10,608</b>	<b>13,496</b>	<b>81,858</b>	<b>493,007</b>	<b>11,17</b>	
	<b>Всего 2 день</b>		<b>57,557</b>	<b>67,724</b>	<b>265,914</b>	<b>2035,998</b>	<b>31,97</b>	

2 день