

МЕНЮ
02 Октября 2024г

Ясли (1-3 года)



Наименование блюда	Выход гр	Химический состав			Энергетическая ценность ккал	N рецеп- туры
		Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша жидкая (рисовая) с сахаром	170	1,87	0,34	28,9	124,1	ТК-№311
Чай с молоком и сахаром	150	1,05	1,05	6,4	45,75	ТК-№267
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,4	4,4	14,5	109	Т-К № ПР-сб/М
Итого	350	5,32	5,79	49,8	278,85	
Второй завтрак						
Фрукты или ягоды свежие (яблоки)	100	0,48	0,48	11,76	56,4	Т-К №338 М П Магильно го 2017
Итого	100	0,48	0,48	21	96	
56,4						
Салат из сырых овощей	30	0,2	1,35	0,94	16,5	ТК-№23р№3
Суп картофельный с клецками	150	2,01	6,83	8,3	59,97	ТК-№38
Птица отварная	50	11,15	12,15	0,55	148,79	ТК-№192
Капуста тушеная	110	2,88	3,55	12,6	95,88	ТТК-№210
Компот из смеси сухофруктов	150	0,42	-	19,52	85,34	ТК-№255
Хлеб ржаной	40	2,24	0,44	19,76	95,96	ТК-№7
Итого	530	18,9	24,31	61,67	502,43	
Полдник						
Печенье "Нарезное"	20	1,14	1,51	10,41	76,6	Т-К№451
Молоко кипяченое	180	5,04	5,76	7,46	105,84	ТК-№260
Итого	200	6,18	7,27	17,87	182,44	
Ужин						
Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	63	ТК-№209
Макаронные изделия отварные	130	4,26	28,02	15,15	182,95	ТК-№204
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	ТК-№389
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	Т-К № ПР-сб/М
Итого	400	12,71	9,49	62,99	400,89	
Всего		45,23	47,26	216,12	1424,61	

Составил

Шеф-повар
(должность)

Имельбаева Имельбаева В.Г.
(подпись) (расшифровка подписи)