

МЕНЮ
03 Октября 2024г.

Ясли (1-3 года)



Наименование блюда	Выход гр.	Химический состав			Энергет ценность ккал	N рецеп- туры
		Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша жидкая (пшенная) с сахаром	150	3,52	7,36	20,32	166,4	ТК-№311
Какао с молоком	170	2,72	2,64	11,48	79,05	ТК-№272
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	Т-К № ПР-сб/М
Итого	350	8,61	10,3	46,29	315,59	
Второй завтрак						
Фрукты или ягоды свежие (апельсины)	100	1,28	0,36	0,55	70,2	Т-К №338 М.П. Магильно го 2017
Итого	100	1,28	0,36	0,55	70,2	
Обед						
Салат из свежих огурцов	30	0,25	1,35	0,9	16,5	ТК- №12п№3
Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	6,16	4,3	12,01	110,59	ТК-№40
Рыба "Аппетитная"	150	16,5	15,53	9	242,25	ТТК-№84
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	ТК-№389
Хлеб ржаной	40	2,24	0,44	19,76	95,96	ТК-№7
Итого	570	26,15	21,62	61,87	550,1	
Полдник						
Шанежка наливная	50	3,33	3,08	20,08	122,5	Т-К№253
Молоко кипяченое	150	4,2	4,8	7,05	88,2	ТК-№260
Итого	200	7,53	7,88	27,13	210,7	
Ужин						
Котлеты картофельные	130	3,95	8,6	25,04	196,27	Т-К№147
Соус томатный	60	0,22	1,47	2,1	22,46	ТК-№238
Компот из свежих плодов	180	0,2	0,1	17,2	68	ТК-№277
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	Т-К № ПР-сб/М
Итого	400	6,74	10,47	58,83	356,87	
Всего		50,7	50,63	194,66	1503,46	

Составил

Шеф-повар
(должность)

Ильин
(подпись)

Имельбаева В Г
(расшифровка подписи)