МЕНЮ

Согласовано:
Заведующий _____ /_____/

Утверждено:
Индивидуальный предприниматель
_____ /Ж.В. Штебе/

10 День ЯСЛИ

Рацион: МЕНЮ ЯСЛИ ОСЕНЬ-ЗИМА 2023-24 **Неделя:** 2 **День:** пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Каша пшеничная молочная жидкая	150	4	5	19	135	230,18
	Кофейный напиток с молоком	180	3	2	12	79	465,21
	Батон нарезной	20	2	1	10	52	576
	Сыр порционный	10	2	3		36	75
Итого за Завтрак		360	11	11	41	302	
Завтрак2							
	Сок	160	1		12	52	501
Итого за Завтрак2		160	1		12	52	
Обед							
	Салат из капусты белокочанной	40	1	2	3	37	1,21
	Суп картофельный с клецками	150	2	2	6	48	115
	Рыбные хлебцы(паровые)	50	8	4	2	72	304,21
	Картофельное пюре,	110	2	4	7	75	377
	Компот из апельсинов с яблоками	150			12	50	488,21
	Хлеб пшеничный	20	2		10	47	573
	Хлеб ржаной	20	2		8	41	574
Итого за Обед		540	17	12	48	370	
Полдник							
	Молоко кипяченое	175	5	5	8	94	469
	Кондитерское изделие	25	1	1	8	48	580
Итого за Полдник		200	6	6	16	142	
Ужин							
	Котлеты из говядины с овощами	50	10	10	2	132	340,18
	Макаронные изделия отварные	110	4		22	140	256
	Соус томатный	30		1	1	16	419
	Чай с лимоном	200			10	40	459
	Хлеб пшеничный	20	2		10	47	573
	Хлеб ржаной	20	2		8	41	574
Итого за Ужин		430	18	11	53	416	
Итого за день		1 690	53	40	170	1282	

Калькулятор_____/_____/ **Шеф повар**_____/_____/