



МЕНЮ



Согласовано:
Заведующий

Медведева С.П.

6 День ЯСЛИ



Утверждено:
Индивидуальный предприниматель
/Ж.В. Штебе/

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша ячневая молочная вязкая	150	5	5	25	165	220
	Чай с молоком,	180	1	1	10	58	460
	Батон нарезной	20	2	1	10	52	576
	Масло сливочное	5		4		33	79
Итого за Завтрак		355	8	11	45	308	
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
	Рассольник ленинградский со сметаной	150	5	12	32	255	100,18
	Оладьи из печени по-кунцевски	50	9	3	7	87	357,21
	Картофельное пюре,	110	2	4	7	75	377
	Компот из смеси сухофруктов,	150			15	63	495
	Хлеб пшеничный	20	2		10	47	573
	Хлеб ржаной	20	2		8	41	574
Итого за Обед		540	21	21	82	605	
Полдник	Молоко кипяченое	170	5	5	8	91	469
	Кондитерское изделие	30	1	2	10	57	580
	Итого за Полдник		200	6	7	18	148
Ужин	Бигус	160	14	11	4	170	329,21
	Чай с лимоном	180			9	36	459
	Хлеб пшеничный	20	2		10	47	573
	Хлеб ржаной	20	2		8	41	574
Итого за Ужин		380	18	11	31	294	
Итого за день		1 635	54	50	188	1407	

Калькулятор

С.П. Медведева

Шеф повар