



## МЕНЮ

Согласовано:  
Заведующий

\_\_\_\_\_ /



Утверждено:  
Индивидуальный предприниматель

\_\_\_\_\_ /



/Ж.В. Штебе/

7 День ЯСЛИ

Рацион: МЕНЮ ЯСЛИ ОСЕНЬ-ЗИМА 2023-24

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	150	6	6	27	180	233
	Какао с молоком,	180	3	3	12	85	462
	Батон нарезной	20	2	1	10	52	576
	Сыр порционный	10	2	3		36	75
<b>Итого за Завтрак</b>		360	13	13	49	353	
Завтрак2	Фрукт()	160			16	70	82
	<b>Итого за Завтрак2</b>		160			16	70
Обед	Салат из свеклы отварной	40	1	2	3	36	26
	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	150	4	11	14	168	104,21
	Птица в соусе с томатом,	50	9	9	2	121	367
	Макаронные изделия отварные	110	4		22	140	256
	Компот из яблок с лимоном,	150			11	45	487
	Хлеб пшеничный	20	2		10	47	573
	Хлеб ржаной	20	2		8	41	574
<b>Итого за Обед</b>		540	22	22	70	598	
Полдник	Кефир	150	4	4	6	76	470
	Ватрушки с повидлом	50	3	1	29	138	530,21
	<b>Итого за Полдник</b>		200	7	5	35	214
Ужин	Пудинг из творога с рисом,	150	26	9	29	301	284,18
	Соус молочный сладкий	30	1	1	2	25	406,21
	Чай с сахаром	180			8	34	457
	Хлеб пшеничный	20	2		10	47	573
	Хлеб ржаной	20	2		8	41	574
<b>Итого за Ужин</b>		400	31	10	57	448	
<b>Итого за день</b>		1 660	73	50	227	1683	

Калькулятор \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / Шеф повар \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /