МЕНЮ

Согласовано:
Заведующий
_____/ С. П. ЧЕГОДАЕВА /

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

3 День ЯСЛИ

Рацион: МЕНЮ ЯСЛИ **Неделя** **:** 1 **День:** среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Каша ячневая молочная вязкая	150	5	5	25	165	220
	Кофейный напиток с молоком,	180	1	1	10	57	464,01
	Батон нарезной	20	2	1	10	52	576
	Повидло фруктовое	8			5	21	86
Итого за Завтрак		358	8	7	50	295	
Завтрак 2							
	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
	Свекольник со сметаной	150	1	3	6	56	98,02
	Печень по-строгановски	50	10	7	4	113	356,18
	Макаронные изделия отварные	110	4		22	140	256
	Компот из свежих плодов	150			8	35	486,18
	Хлеб пшеничный	20	2		10	47	573
	Хлеб ржаной	20	2		8	41	574
Итого за Обед		540	20	12	61	469	
Полдник							
	Молоко кипяченое	150	4	4	7	80	469
	Манник	60	3	3	19	116	550,21
Итого за Полдник		210	7	7	26	196	
Ужин							
	Рагу из птицы	180	15	19	13	282	376
	Чай с лимоном	200			10	40	459
	Хлеб пшеничный	20	2		10	47	573
	Хлеб ржаной	20	2		8	41	574
Итого за Ужин		420	19	19	41	410	
Итого за день		1 688	55	45	190	1422	

Калькулятор_____/_____/ **Технолог**_____/_____/