



МЕНЮ



Согласовано:
Заведующий

С. П. ЧЕГОДАЕВА

5 День ЯСЛИ



Утверждено:

Индивидуальный предприниматель
Ж.В. Штебе

Неделя

: 1

День: пятница

Рацион: МЕНЮ ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша "Дружба"	150	4	5	21	143	226
	Кофейный напиток с молоком	180	3	2	12	79	465,21
	Батон нарезной	20	2	1	10	52	576
	Масло сливочное	5		4		33	79
Итого за Завтрак		355	9	12	43	307	
Завтрак 2							
	Сок	160	1		12	52	501
Итого за Завтрак 2		160	1		12	52	
Обед	Салат витаминный,	40	1	2	2	34	2,18
	Суп картофельный с макаронными изделиями,	150	2	2	10	60	116
	Суфле рыбное	50	7	3	2	56	303,18
	Картофельное пюре	110	2	4	7	75	377
	Компот из смеси сухофруктов,	150			15	63	495,18
	Хлеб пшеничный	20	2		10	47	573
	Хлеб ржаной	20	2		8	41	574
Итого за Обед		540	16	11	54	376	
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	Котлеты куриные припущенные	50	8	5	4	91	372,18
	Пюре из гороха с маслом	110	12	3	21	157	389,18
	Чай с сахаром	200			9	38	457
	Хлеб пшеничный	20	2		10	47	573
	Хлеб ржаной	20	2		8	41	574
Итого за Ужин		400	24	8	52	374	
Итого за день		1 655	56	38	179	1257	

Калькулятор

Технолог