



МЕНЮ



Согласовано:
Заведующий И. П. ЧЕГОДАЕВА

9 День ЯСЛИ



Утверждено:
Индивидуальный предприниматель
И. В. Штебе

Неделя : 2

День: четверг

Рацион: МЕНЮ ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	150	5	5	23	157	227
	Чай с молоком	180	1	1	10	58	460
	Батон нарезной	20	2	1	10	52	576
	Повидло фруктовое	10			7	26	86
Итого за Завтрак		360	8	7	50	293	
Завтрак 2	Фрукт	160			16	70	82
	Итого за Завтрак2		160			16	70
Обед	Суп картофельный с бобовыми	150	4	2	9	69	113,21
	Суфле из кур	80	10	10	4	147	368,21
	Капуста тушеная	110	2	4	9	79	380
	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		530	20	16	55	446	
Полдник	Йогурт	150	4	4	6	76	470
	Булочка Алтайская	60	5	3	32	174	577,13
	Итого за Полдник		210	9	7	38	250
Ужин	Салат из моркови,	40		2	4	42	21,18
	Запеканка из творога	150	32	9	25	310	279,18
	Кисель	30			2	9	484
	Чай с сахаром	200			9	38	457
	Хлеб пшеничный	20	2		10	47	573
	Хлеб ржаной	20	2		8	41	574
Итого за Ужин		460	36	11	58	487	
Итого за день		1 720	73	41	217	1546	

Калькулятор И. П. ЧЕГОДАЕВА / / Технолог И. В. ШТЕБЕ / /