

МЕНЮ на 05.02.2025г.

**2 неделя среда (8 день)**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда ясли	Вес блюда сад	Пищевые вещества на порцию					Углеводы сад	Энергетическая ценность ясли	Энергетическая ценность сад	№ рецептуры
				Белки ясли	Белки сад	Жиры ясли	Жиры сад	Углеводы ясли				
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	150,00	200,00	4,05	5,40	4,80	6,40	14,60	27,12	139,43	207,00	182
	Чай с сахаром	170,00	180,00	0,15	0,18	0,07	0,09	8,30	9,90	28,00	40,00	411
	Бутерброд с маслом	30,00	36,00	1,37	1,80	4,22	5,60	8,18	12,00	76,16	117,90	1
<b>Итого за завтрак</b>		<b>350,00</b>	<b>416,00</b>	<b>5,57</b>	<b>7,38</b>	<b>9,09</b>	<b>12,09</b>	<b>31,08</b>	<b>49,02</b>	<b>243,59</b>	<b>364,90</b>	
Второй завтрак:	Ряженка 2,5%	120,00	150,00	4,00	5,01	3,00	3,75	5,11	6,39	71,87	91,00	401
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>120,00</b>	<b>150,00</b>	<b>4,00</b>	<b>5,01</b>	<b>3,00</b>	<b>3,75</b>	<b>5,11</b>	<b>6,39</b>	<b>71,87</b>	<b>91,00</b>	
Обед	Салат из вареной моркови и репчатого лука	40,00	60,00	0,44	0,66	2,60	3,96	5,24	7,87	42,80	54,20	38
	Суп картофельный с клецками	150,00	180,00	3,30	4,00	1,90	2,23	7,50	9,05	51,90	69,20	160
	Азу	60,00	80,00	7,12	8,72	15,54	17,58	1,80	2,76	108,86	145,15	63
	Отварной картофель с маслом	120,00	150,00	1,90	2,60	3,00	4,40	16,47	18,47	108,00	132,54	136
	Компот из сушеных фруктов	150,00	180,00	0,09	0,12	0,00	0,00	12,10	14,76	77,60	90,54	431
	Хлеб пшеничный	20,00	20,00	1,33	1,33	0,17	0,17	7,73	7,73	53,07	53,07	147
	Хлеб ржаной	40,00	50,00	1,44	1,80	0,36	0,45	12,48	15,60	59,40	74,25	148
<b>Итого за обед</b>		<b>580,00</b>	<b>720,00</b>	<b>15,62</b>	<b>19,23</b>	<b>23,57</b>	<b>28,79</b>	<b>63,32</b>	<b>76,24</b>	<b>501,63</b>	<b>618,95</b>	
Уплотнённый полдник	Каша гречневая рассыпчатая	150,00	180,00	4,83	5,80	6,66	8,00	59,16	83,00	202,14	241,20	179
	Молоко кипяченое 2,5%	150,00	180,00	4,58	5,48	4,08	4,88	7,58	9,07	85,00	102,00	419
	Ватрушка с повидлом	50,00	50,00	2,76	2,76	4,80	4,80	7,80	7,80	116,23	116,23	458
	Хлеб пшеничный	20,00	20,00	1,34	1,34	0,17	0,17	7,73	7,73	53,07	53,07	147
	Яблоко свежее	95,00	100,00	0,38	0,40	0,38	0,40	11,68	12,30	30,60	44,00	386
<b>Итого за уплотненный полдник</b>		<b>465,00</b>	<b>530,00</b>	<b>13,89</b>	<b>15,78</b>	<b>16,09</b>	<b>18,25</b>	<b>93,95</b>	<b>119,90</b>	<b>487,04</b>	<b>556,50</b>	<b>1589</b>
<b>Итого за день !</b>		<b>1515,00</b>	<b>1816,00</b>	<b>39,08</b>	<b>47,40</b>	<b>51,75</b>	<b>62,88</b>	<b>193,46</b>	<b>251,55</b>	<b>1304,13</b>	<b>1631,35</b>	



Заведующий

С.В.Рыкина