

МЕНЮ на « 20 » 06 2025 г.

наименование блюда	вес блюда		пищевые вещества						энергетическая ценность		номер рецепту ры
			белки		жиры		углеводы				
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	
Завтрак											
Яйца вареные	1 шт	1 шт	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	63	63	227
Икра свекольная	150	120	1,35	1,08	7,05	5,64	8,88	7,1	104,4	83,52	55
Бутерброд с сыром	60	40	6,68	4,73	8,45	6,88	19,39	14,56	180	139	3
Чай с сахаром	180	150	0,06	0,05	0,02	0,017	9,46	7,88	37,89	31,57	411
ИТОГО за завтрак	390	310	13,17	10,94	20,12	17,137	38,01	29,82	385,29	317,09	
2-й завтрак											
Фрукты свежие	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44	44	418
ИТОГО за 2-й завтрак	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44	44	
Обед											
Овощи натуральные соленые или свежие	60	20	0,48	0,16	0,06	0,02	1,5	0,5	8,4	2,8	70
Борщ с капустой и картофелем со сметаной прокипяч.	200	150	1,36	1,02	3,8	2,89	5,34	4,01	61,6	46,2	63
Плов из птицы	210	160	21,47	16	19,69	14,78	35,69	26,76	406	304	321
Хлеб пшеничный	40	20	3,95	1,58	0,5	0,2	24,15	9,66	118	47,3	
Хлеб ржаной	40	20	3,3	1,98	0,6	0,36	16,7	10,02	87	52	
Напиток лимонный	180	150	0,9	0,75	0	0	18,18	15,15	76	64	418
ИТОГО за обед	730	520	31,46	21,49	24,65	18,25	101,56	66,1	757	516,3	
Полдник											
Кондитерское изделие	70	50	2,4	1,7	1,4	1	38,85	27,7	177,7	126,9	
Чай с сахаром	180	150	0,06	0,05	0,02	0,017	9,46	7,88	37,89	31,57	411
ИТОГО за полдник	250	200	2,46	1,75	1,42	1,017	48,31	35,58	215,59	158,47	
ИТОГО за 5 день	1470	1130	47,49	34,58	46,59	36,804	197,68	141,3	1401,88	1035,86	

Стоимость детодня 103,96 рублей. Завхоз  Е.В.Болдырева