

Меню Пятница 28.03.2025

Учреждение: МБДОУ "Детский сад № 107"

Категория довольствующихся: **Ясли**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле-воды		
День: 5							
Завтрак	Омлет натуральный	120	24,17	32,48	3	168,77	229
	Икра консервированная кабачковая	50	0,6	2,23	3,85	38,75	57
	Бутерброд с маслом	30	1,92	4,25	13,32	98,1	1
	Какао с молоком	150	3,2	2,6	12,6	83,4	416
Общий выход всех блюд на Завтрак		350	29,89	41,56	32,77	389,02	

Завтрак 2	Сок яблочный	150	0	0	17,25	69	418
	Апельсины	60	0,6	0,12	4,8	22,2	389
Общий выход всех блюд на Завтрак2		210	0,6	0,12	22,05	91,2	

Обед	Винегрет	40	0,54	2,48	3,47	39,08	46
	Суп с макаронными изделиями	150	1,61	1,7	10,29	62,85	88
	Голубцы ленивые	140	12,37	7,94	17,54	177,6	315
	Соус сметанный с томатом и луком	20	0,38	1,17	1,59	18,46	375
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,6	47	509
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	508
	Компот из свежих яблок	150	0,12	0,12	17,91	72,1	390
Общий выход всех блюд на Обед		560	19,24	14,09	73,76	486,69	

Уплотненный полдник	Салат из кукурузы консервированной	40	1,15	2,43	3,22	39,72	12
	Рыба отварная	60	10,53	0,41	0,47	48	256
	Пюре картофельное	120	2,45	3,72	16,35	109,8	339
	Чай с сахаром	150	0	0	6,97	27,09	412
	Булочка Российская	80	4,21	5,6	37,87	226,33	457
Общий выход всех блюд на Уплотненный полдник		450	18,34	12,16	64,88	450,94	
Итого за 5 день:		1570	68,07	67,93	193,46	1417,85	

