



Гузанова Н.А.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Вторая неделя, среда

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | | Ясли | | | | Сад | | | | Витамин С | | N рецептурь |
|------------------------|--------------------------------------|----------------------|--------|----------------------|-------|-----------|--------------------------------|----------------------|-------|-----------|--------------------------------|-----------|------|-------------|
| | | Пищевые вещества (г) | | Пищевые вещества (г) | | Витамин С | | Пищевые вещества (г) | | Витамин С | | | | |
| | | Ясли | Сад | Б | Ж | У | Энергетическая ценность (ккал) | Б | Ж | У | Энергетическая ценность (ккал) | Ясли | Сад | |
| День 8: | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак: | 1. Каша "Дружба" молочная | 150 | 200 | 3,98 | 8,98 | 23,93 | 197,85 | 5,3 | 11,97 | 31,9 | 263,9 | | | 3 |
| | 2. Бутерброд с маслом | 30/5 | 30/5 | 2,3 | 4,36 | 14,62 | 108 | 2,3 | 4,36 | 14,62 | 108 | | | 84 |
| | 3. Какао на молоке | 150 | 200 | 2,8 | 3,2 | 19 | 114,8 | 4,2 | 4,8 | 19,6 | 132,5 | | | 94 |
| 2 - ой завтрак: | 1. Витаминный напиток | 150 | 180 | 0,23 | 0 | 28,92 | 118,13 | 0,27 | 0 | 34,7 | 141,75 | | | 98 |
| Обед: | 1. Свежий огурец | 40 | 60 | 0,34 | 2,54 | 1,05 | 28,25 | 0,54 | 4,06 | 2,68 | 35,2 | | | 102 |
| | 2. Суп с клецками на курином бульоне | 150 | 200 | 1,34 | 3,9 | 10,2 | 75,9 | 1,78 | 5,2 | 13,6 | 101,2 | | | 13 |
| | 3. Рулет мясной(куриный) с гречкой | 120/50 | 150/70 | 13,96 | 12,01 | 40,42 | 335,08 | 21,3 | 17,87 | 51,36 | 461,87 | | | 508,58 |
| | 4. Компот из с/ф | 150 | 200 | 0,4 | 0 | 20,9 | 80,7 | 0,54 | 0 | 27,85 | 107,7 | 0,035 | 0,05 | 96 |
| | 5. Хлеб пшеничный | 50 | 60 | 3,75 | 1,45 | 25,25 | 129,05 | 4,5 | 1,74 | 30,3 | 154,86 | | | 87 |
| Уплотненный полдник:: | 1. Венгерка с творогом | 60 | 90 | 2,66 | 3,8 | 8,73 | 136,66 | 4 | 5,7 | 13,1 | 205 | | | 71 |
| | 2. Чай с сахаром | 150 | 200 | 0,1 | 0,01 | 1,36 | 45,11 | 0,13 | 0,01 | 1,81 | 60,15 | | | 93 |
| Итого за восьмой день: | | | | 27,88 | 31,27 | 170,45 | 1171,68 | 39,56 | 43,74 | 209,62 | 1508,23 | 0,035 | 0,05 | |