

«УТВЕРЖДАЮ»
Зам.директора по ДО
Гузанова Н.А.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Вторая неделя, четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Ясли				Сад				Витамин С		N рецептурь
		Ясли	Сад	Пищевые вещества (г)				Пищевые вещества (г)				Ясли	Сад	
				Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)			
День 9:														
Завтрак:	1. Каша геркулесовая	150	200	5,78	5,78	20,48	127,5	7,7	7,7	27,3	170			105
	2. Бутерброд с маслом	30/5	30/5	2,3	4,36	14,62	108	2,3	4,36	14,62	108			84
	3. Кофейный напиток	150	200	2,8	3,2	19	114,8	4,2	4,8	19,6	132,5			94
2 - ой завтрак:	1. Клюквенный напиток	150	180	0,23	0	28,92	118,13	0,27	0	34,7	141,75			
Обед:	1. Уха	150	200	9,56	0,45	6,92	79,05	12,74	0,6	9,22	105,4			11
	2. Рис с рыбной котлетой	120/50	150/70	11,48	9,85	33,46	271,9	15,35	13,05	43,06	355,38			11(1),205
	3. 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
	4. Хлеб пшеничный	50	60	3,75	1,45	25,25	129,05	4,5	1,74	30,3	154,86			87
Уплотненный полдник:	1. Вермишель с сыром	75	75	11,78	12,51	28,39	286,74	11,78	12,51	28,39	286,74			62
	2. Чай с сахаром	150	200	0,1	0,01	1,36	45,11	0,13	0,01	1,81	60,15			93
	3. Яблоко	150	150	0,52	0	13,5	58,5	0,52	0	13,5	58,5			
Итого за девятый день:				48,18	37,61	199,3	1360,98	59,51	44,77	236,85	1622,48	0,035	0,05	