

Меню 25.04.2024

Рацион: Ясли

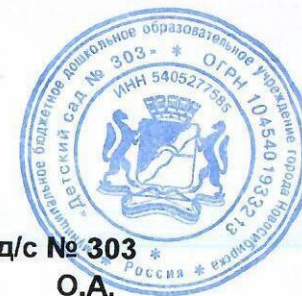
Сезон:

Возрастная категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
	Каша рисовая молочная жидка	160	4	5	25	164
	Чай с молоком	160	2	3	13	84
	Бутерброд сыром	35	4	5	11	108
Итого за Завтрак			10	13	49	356
завтрак 2						
	Сок	160	1		16	74
Итого за завтрак 2			1		16	74
Обед						
	Свекольник	160	1	4	6	67
	Котлеты рыбные	60	10	2	7	86
	Картофельное пюре	130	3	5	20	139
	Соус томатный	15		1	1	8
	Компот из облепихи	160			17	68
	Хлеб пшеничный	20	1	1	10	52
	Хлеб украинский	30	3	1	22	50
Итого за Обед			19	17	87	515
Полдник						
	Печенье	35	11	13	291	1294
	Молоко кипяченое	160	2	2	3	42
Итого за Полдник			13	15	294	1336
Ужин						
	Омлет натуральный	90	10	15	3	187
	Чай с сахаром	160			8	34
	Хлеб пшеничный	10	1		5	26
	Хлеб украинский	10	1		7	17
Итого за Ужин			12	15	23	264
Итого за день			55	60	469	2545

Утверждаю
Заведующий МБДОУ д/с № 303

О.А. Носкова
Носкова



О.А.

Меню 25.04.2024

ДС 303

Рацион: Сад

Сезон:

Возрастная категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (сад)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
	Каша рисовая молочная жидка	180	4	6	29	185
	Чай с молоком	180	3	3	14	94
	Бутерброд сыром	45	5	7	15	139
Итого за Завтрак			12	16	58	418
завтрак 2						
	Сок	180	1		20	92
Итого за завтрак 2			1		20	92
Обед						
	Свекольник	180	1	5	7	75
	Котлеты рыбные	70	12	2	8	98
	Картофельное пюре	160	3	6	25	171
	Соус томатный	30		1	2	17
	Компот из облепихи	180			19	77
	Хлеб пшеничный	35	3	1	18	91
	Хлеб украинский	35	3	1	26	58
Итого за Обед			24	20	110	647
Полдник						
	Печенье	55	11	13	291	1294
	Молоко кипяченое	180	3	3	3	48
Итого за Полдник			14	16	294	1342
Ужин						
	Омлет натуральный	110	12	18	3	221
	Чай с сахаром	180			9	38
	Хлеб пшеничный	10	1		5	26
	Хлеб украинский	15	1		11	25
Итого за Ужин			14	18	28	310
Итого за день			65	70	510	2809



Утверждаю
Заведующий МБДОУ д/с № 303
О.А. Носкова
О.А. Носкова