

Меню

«29» февраля 2024 года



УТВЕРЖДАЮ:
 заведующий МБДОУ ДС №62 «Золотой улей»
 Безбороды х Т.И.
 Медсестра Горлова О.И.

Завтрак:	Ясли										Номер рецептуры
	Вес порции	ккал	белки	жиры	углеводы	Вес порции	ккал	белки	жиры	углеводы	
Каша жидкая молочная гречневая	150	198,10	6,84	7,08	26,54	200/5	262,00	9,05	9,36	35,11	48(4)
Бутерброды с сыром	15/7	60,00	2,60	2,20	7,00	20/15	11,00	4,80	4,60	9,30	2/13(5)
Кофейный напиток с молоком	150	70,00	2,34	2,00	10,63	180	91,00	3,67	3,19	11,82	414 (1)
Батон	10	22,70	0,70	0,07	4,70	10	22,70	0,70	0,07	4,70	
2-й завтрак:											
Яблоки свежие	100	44,00	0,40	0,40	9,80	100	44,00	0,40	0,40	9,80	386 (1)
Обед:											
Икра кабачковая детская	40	48,00	0,70	3,50	3,00	50	60,00	0,90	4,40	3,80	28/3(5)
Суп картофельный с лапшой домашней	180	76,70	2,00	2,20	12,10	200	85,20	2,29	2,46	13,40	88/126(2)
Плов из птицы	60/110	282,00	15,12	12,76	26,76	80/130	377,00	20,30	17,00	35,69	321 (2)
Компот из свежих яблок	180	77,70	0,40	0,02	19,00	200	85,00	0,44	0,02	20,78	394(2)
Хлеб ржано - пшеничный	40	77,00	2,6	0,50	13,4	50	97,00	3,30	0,60	16,70	
Батон	15	34,00	1,00	0, 10	7,00	20	45,00	1,30	0,10	9,3	
Полдник:											
Молоко кипячёное	180	102,00	5,48	4,88	9,07	200	113,30	6,09	5,42	10,08	419 (2)
Печенье	30	102,10	2,22	2,85	21,9	50	203,500	3,70	4,75	36,50	
Ужин:											
Вареники ленивые	130/3	274,00	20,40	11,4	21,60	150/4	316,00	23,60	13,10	24,90	7/54 (5)
Соус сметанный	30	22,30	0,40	1,50	1,80	40	30,00	0,50	2,00	2,40	372 (2)
Чай с молоком	150	69,00	2,65	2,33	9,31	180	73,00	2,67	2,34	10,31	413 (2)
Батон	20	45,00	1,3	0,1	9,3	30	67,00	2,00	0,20	14,00	
Салат из моркови	40	45,00	0,45	2,03	6,50	50	50,00	0,50	2,25	7,25	19(1)
Батон	25	58,75	1,98	0,25	12,08	25	58,75	1,98	0,25	12,08	