



Меню приготавливаемых блюд  
20.02.2024г

День: вторник  
Неделя: вторая, 2-й день  
возрастная категория: ясли

| N рецепту | Наименование                  | Вес блюда | Пищевые вещества |        |         | Энергетическая | Витамины, мг     |                  |        | Минеральные |        |
|-----------|-------------------------------|-----------|------------------|--------|---------|----------------|------------------|------------------|--------|-------------|--------|
|           |                               |           | Б                | Ж      | У       |                | B <sub>1B1</sub> | B <sub>2B2</sub> | C      | Ca          | Fe     |
|           | Неделя 2<br>День 2<br>Завтрак |           |                  |        |         |                |                  |                  |        |             |        |
| 26        | Каша пшѐнная молочная жидкая  | 150       | 6,730            | 6,640  | 26,000  | 193,200        | 0,170            | 0,160            | 1,300  | 90,000      | 1,080  |
| 59        | Хлеб пшеничный                | 20        | 1,580            | 0,200  | 9,660   | 47,000         | 0,020            | 0,006            | 0,500  | 4,000       | 0,260  |
| 63        | Масло сливочное               | 5         | 0,040            | 3,600  | 0,060   | 32,350         | 0,003            | 0,005            | 2,500  | 0,600       | 0,010  |
| 33        | Сыр порционный                | 8         | 2,320            | 2,920  | 0,000   | 36,400         | 0,003            | 0,036            | 0,070  | 90,000      | 0,090  |
| 49        | Чай с сахаром                 | 160       | 0,000            | 0,000  | 10,000  | 20,500         | 0,000            | 0,000            | 0,000  | 0,750       | 0,060  |
|           | итого за завтрак              | 343,00    | 10,670           | 13,360 | 45,720  | 329,450        | 0,196            | 0,207            | 4,370  | 185,350     | 1,500  |
|           | 2-й завтрак                   |           |                  |        |         |                |                  |                  |        |             |        |
| 62        | Фрукты свежие                 | 85        | 0,400            | 0,400  | 9,280   | 44,000         | 0,030            | 0,020            | 13,000 | 20,800      | 2,900  |
|           | итого за 2-й завтрак          | 85        | 0,400            | 0,400  | 9,280   | 44,000         | 0,030            | 0,020            | 13,000 | 20,800      | 2,900  |
|           | обед                          |           |                  |        |         |                |                  |                  |        |             |        |
| 2         | Свекольник                    | 180       | 1,820            | 2,770  | 11,290  | 81,000         | 0,070            | 0,050            | 6,600  | 27,100      | 1,100  |
| 9         | Котлеты из говядины           | 60        | 9,270            | 6,930  | 9,420   | 116,700        | 0,060            | 0,110            | 0,090  | 27,300      | 0,900  |
| 19        | Капуста тушеная               | 120       | 3,040            | 3,380  | 10,680  | 85,520         | 0,048            | 0,032            | 20,400 | 72,800      | 1,200  |
| 59        | Хлеб пшеничный                | 20        | 1,580            | 0,200  | 9,660   | 47,000         | 0,020            | 0,006            | 0,500  | 4,000       | 0,260  |
| 58        | Хлеб ржаной(ржано-пшеничный)  | 36        | 2,380            | 0,430  | 12,000  | 62,640         | 0,065            | 0,029            | 0,000  | 12,600      | 1,600  |
| 46        | Компот из сухофруктов         | 160       | 0,580            | 0,120  | 16,520  | 60,500         | 0,010            | 0,060            | 0,500  | 56,900      | 1,000  |
|           | итого за обед                 | 576       | 18,670           | 13,830 | 69,570  | 453,360        | 0,273            | 0,287            | 28,090 | 200,700     | 6,060  |
|           | Полдник                       |           |                  |        |         |                |                  |                  |        |             |        |
| 31        | Пудинг из творога с рисом     | 80        | 14,720           | 10,570 | 9,980   | 196,750        | 0,040            | 0,200            | 0,200  | 105,000     | 0,600  |
| 41        | Соус сметанный                | 30        | 0,910            | 3,690  | 4,260   | 33,780         | 0,070            | 0,020            | 0,300  | 16,000      | 0,040  |
| 43        | Йогурт                        | 150       | 5,900            | 4,540  | 7,970   | 96,560         | 0,060            | 0,300            | 1,200  | 150,000     | 0,200  |
|           | Итого за полдник              | 260       | 21,530           | 18,800 | 22,210  | 327,090        | 0,170            | 0,520            | 1,700  | 271,000     | 0,840  |
|           | Итого за день:                | 1264,00   | 51,270           | 46,390 | 146,780 | 1153,900       | 0,669            | 1,034            | 47,160 | 677,850     | 11,300 |