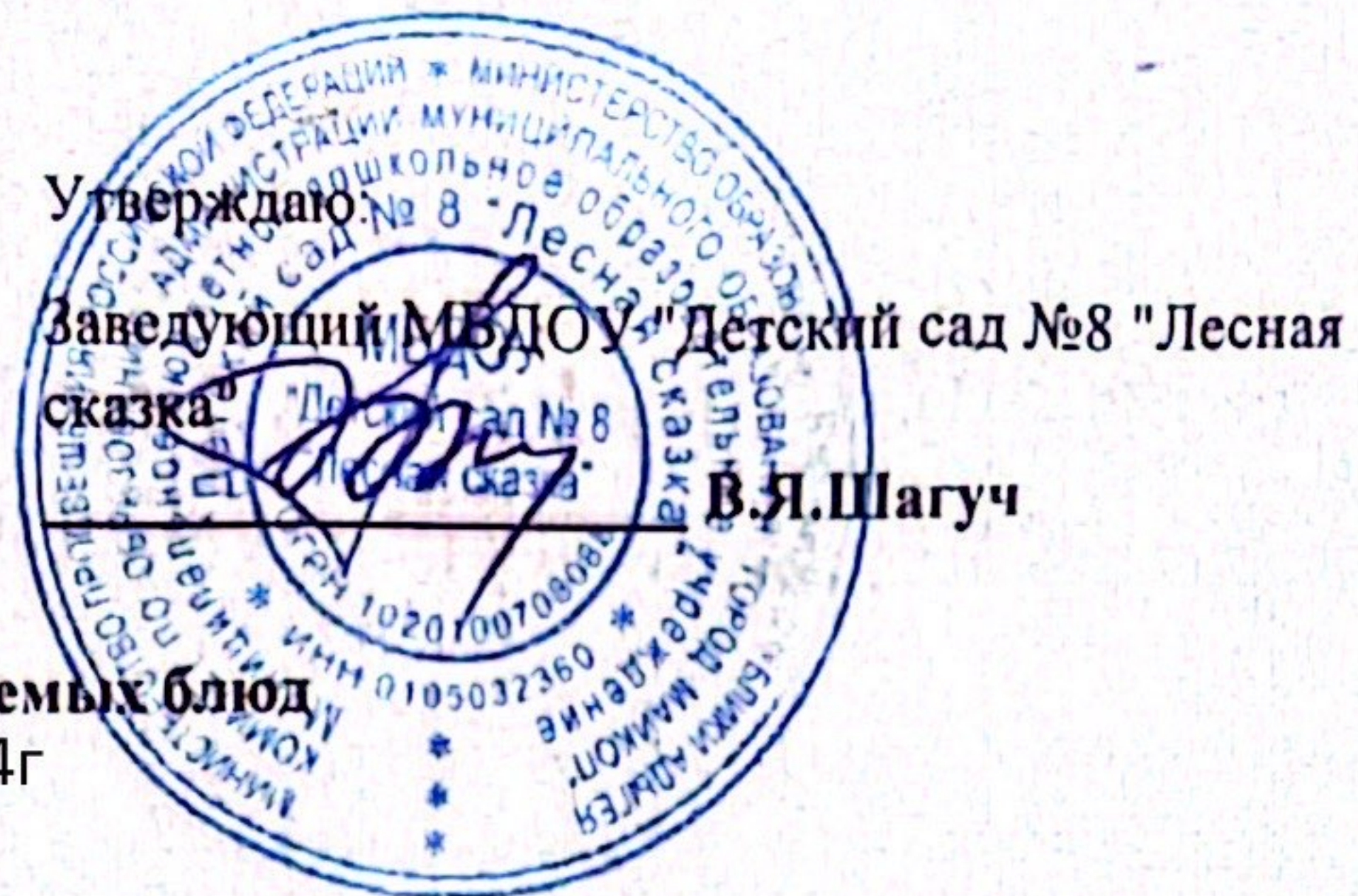




День: вторник  
Неделя: первая, 2-й день  
возрастная категория: сад

Меню приготавливаемых блюд  
23.04.2024г

| N рецептур ы | Наименование блюда            | Вес блюда | Пищевые вещества |        |         | Энергетическая ценность | Витамины, мг   |                |        | Минеральные |        |
|--------------|-------------------------------|-----------|------------------|--------|---------|-------------------------|----------------|----------------|--------|-------------|--------|
|              |                               |           | Б                | Ж      | У       |                         | В <sub>1</sub> | В <sub>2</sub> | С      | Са          | Fe     |
|              | Неделя 1<br>День 2<br>Завтрак |           |                  |        |         |                         |                |                |        |             |        |
| 25           | Каша манная молочная          | 180       | 3,600            | 4,000  | 22,200  | 171,540                 | 0,100          | 0,160          | 1,400  | 165,000     | 0,400  |
| 49           | Чай с сахаром                 | 180       | 0,000            | 0,000  | 7,209   | 29,745                  | 0,000          | 0,000          | 0,000  | 1,250       | 0,100  |
| 59           | Хлеб пшеничный                | 30        | 2,370            | 0,300  | 14,490  | 70,500                  | 0,030          | 0,009          | 0,500  | 16,000      | 0,390  |
| 63           | Масло сливочное               | 6         | 0,050            | 4,300  | 0,080   | 38,820                  | 0,030          | 0,006          | 2,500  | 0,720       | 0,020  |
| 33           | Сыр в порционной нарезке      | 13        | 3,480            | 4,420  | 0,000   | 54,600                  | 0,005          | 0,054          | 0,100  | 135,000     | 0,130  |
|              | итого за завтрак              | 409,00    | 9,500            | 13,020 | 43,979  | 365,205                 | 0,165          | 0,229          | 4,500  | 317,970     | 1,040  |
|              | 2-й завтрак                   |           |                  |        |         |                         |                |                |        |             |        |
| 62           | Фрукты свежие                 | 90        | 0,500            | 0,500  | 9,800   | 47,000                  | 0,030          | 0,020          | 13,000 | 20,800      | 2,900  |
|              | итого за 2-й завтрак          | 90        | 0,500            | 0,500  | 9,800   | 47,000                  | 0,030          | 0,020          | 13,000 | 20,800      | 2,900  |
|              | обед                          |           |                  |        |         |                         |                |                |        |             |        |
| 2            | Свекольник                    | 200       | 2,170            | 3,320  | 13,550  | 97,180                  | 0,050          | 0,050          | 7,800  | 20,200      | 0,220  |
| 8            | Жаркое по домашнему           | 180       | 22,500           | 3,650  | 18,000  | 297,000                 | 0,200          | 0,300          | 9,100  | 42,000      | 4,000  |
| 64           | Горошек консервированный      | 105       | 56,000           | 0,900  | 0,500   | 1,300                   | 0,020          | 0,020          | 0,020  | 6,000       | 13,800 |
| 59           | Хлеб пшеничный                | 30        | 2,370            | 0,300  | 14,490  | 70,500                  | 0,030          | 0,009          | 0,500  | 16,000      | 0,390  |
| 58           | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 45        | 2,970            | 0,540  | 15,000  | 78,300                  | 0,081          | 0,036          | 0,000  | 15,800      | 1,760  |
| 46           | Компот из сухофруктов         | 180       | 0,639            | 0,135  | 13,810  | 56,880                  | 0,060          | 0,010          | 2,000  | 28,000      | 1,000  |
|              | итого за обед                 | 740       | 86,649           | 8,845  | 75,350  | 601,160                 | 0,441          | 0,425          | 19,420 | 128,000     | 21,170 |
|              | Полдник                       |           |                  |        |         |                         |                |                |        |             |        |
| 32           | Сырник из творога             | 100       | 20,990           | 14,020 | 24,920  | 313,750                 | 0,050          | 0,250          | 0,200  | 141,000     | 0,700  |
| 41           | Соус сметанный                | 40        | 1,100            | 4,130  | 4,590   | 40,536                  | 0,090          | 0,020          | 0,300  | 16,900      | 0,020  |
| 43           | Йогурт                        | 195       | 6,200            | 4,850  | 8,500   | 102,800                 | 0,060          | 0,300          | 1,200  | 238,000     | 0,200  |
|              | Итого за полдник              | 335       | 28,290           | 23,000 | 38,010  | 457,086                 | 0,200          | 0,570          | 1,700  | 395,900     | 0,920  |
|              | Итого за день:                | 1574,00   | 124,939          | 45,365 | 167,139 | 1470,451                | 0,836          | 1,244          | 38,620 | 862,670     | 26,030 |