

День: 5
 Неделя: 1
 Сезон: Весна-Лето 2024 ЯСЛИ
 Возрастная категория: Дети - ясли корпус 2

**Ежедневное меню на
 17 мая 2024 г.**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe
Завтрак											
17,7	Суп молочный с крупой (геркулес)	150	4,44	4,45	13,45	97,092	0,09	0,15	0,68	124,2	0,49
0,3	Яйцо отварное	55	6,26	5,67	0,345	67,3815	0,004	0,017			
100,1	Бутерброд с сыром с булкой	25,138/9,308	4,349	5,723	12,74	104,29125	0,044	0,053	0,061	85,838	0,061
34	Чай с молоком	150	1,6	1,6	12,4	61,248	0,01	0,06	0,36	56,25	0,89
	Итого:	390	16,649	17,443	38,935	330,013	0,148	0,28	1,101	266,288	1,441
Завтрак 2ой											
0,44	Сок фруктовый	150	0,45		20,69	69,9654	0,03	0,01	3	26,99	0,6
	Итого:	150	0,45		20,69	69,965	0,03	0,01	3	26,99	0,6
Обед											
58	Икра кабачковая+	40	0,9	3,1	4,9	38,802	0,02	0,02	7,13	17,66	0,49
70,1	Борщ сибирский	130	1,993	2,167	7,973	51,95031	0,035	0,026	4,047	25,775	0,832
220,1	Мясо для супа	10	2,6	1,7		22,359	0,005	0,015		3	0,15
0,13	Сметана в суп	6	0,18	0,6	0,18	5,8986			0,04	5,4	
222	Зелень в суп	1	0,025	0,005	0,04	0,261		0,005	2,5	5,575	0,04
222,2	Лук зеленый в суп	1	0,025	0,005	0,04	0,261		0,005	2,5	5,575	0,04
103,1	Макаронные изделия отварные	110	4,043	3,309	19,397	107,4711	0,037	0,018		3,566	0,807
283,1	Тефтели из говядины с рисом	85	7,29	14,29	10,37	167,2575	0,06	0,06	5,325	19,49	1,53
275	Компот из консервированных плодов	190	0,152		29,133	102,8166	0,015	0,03	2,28	7,98	0,418
0,09	Хлеб ржаной	39	2,574	0,468	13,338	60,08133	0,068	0,029		13,65	1,521
0,01	Соль	3								11,04	0,087
	Итого:	615	19,782	25,644	85,371	557,159	0,24	0,209	23,822	118,711	5,915
Полдник											
284,1	Снежок	150	4,2	5,1	16,5	112,23	0,045	0,02	1,35	181,5	0,15
340,8	Пирожки простые печеные с яблоками	50	2,857	1,229	23,757	101,91441	0,057	0,029	0,171	10,143	0,814
	Итого:	200	7,057	6,329	40,257	214,144	0,102	0,049	1,521	191,643	0,964
Ужин											
309,1	Огурцы соленые порциями	40	0,32	0,04	0,68	3,7932	0,01	0,01	2	9,2	0,24
104,2	Картофельное пюре	140	2,858	4,48	19,075	111,447	0,128	0,105	16,952	34,51	0,945
139,1	Паштет из свинины	150	0,1		15,706	51,6432			2,81	2,98	0,17
0,1	Хлеб пшеничный	29	2,552	0,464	13,224	59,5428	0,068	0,029		13,533	1,508
	Итого:	359	5,83	4,984	48,685	226,426	0,206	0,144	21,762	60,223	2,863
	Итого за день:	1 714	49,768	54,399	233,938	1 397,708	0,726	0,691	51,207	663,854	11,783
	Итого среднее за 10 дней:		68,961	55,471	275,535	1 400,17	0,886	1,216	143,944	777,225	14,382

Мед сестра: _____ / Несговорова О. В. /