Меню на 2й день

ГБДОУ 66

сад 2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	40	5,73	5,731	11,473	121,553
2. Каша рисовая жидкая	180	4,481	6,07	27,337	181,905
1. (замена аллергикам) Каша рисовая без добавления молока.	180	1,892	3,98	23,153	136,002
3. Какао с молоком	180	3,266	2,655	12,979	89,919
1. (замена аллергикам) Каша рисовая без добавления молока.	180	1,892	3,98	23,153	136,002
Итого:		13,478	14,456	51,789	393,378
Обед					
1. Салат из моркови и яблок	50	0,418	2,609	3,851	41,13
2. Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной , сметаной. и зеленью петрушки.	200/10/1	4,219	4,46	6,991	85,684
1. (замена аллергикам) Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью петрушки.	200/5/1	1,232	3,418	5,759	59,416
3. Печень по-строгановски	60/30	15,568	7,51	6,916	157,903
4. Макаронные изделия отварные	150/5	5,433	4,703	37,105	212,75
1. (замена аллергикам) Картофель отварной.	130	2,261	4,572	18,263	123,486
5. Компот из изюма	180	0,313	0,068	18,929	78,116
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	5,988	23,94
6. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
Итого:		27,931	19,74	85,732	635,883
Полдник					
1. Кефир	180	5,063	5,587	6,984	103,014
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	5,988	23,94
Итого:		5,063	5,587	6,984	103,014
Ужин					
1. Шницель рыбный натуральный	60	8,32	6,571	1,178	96,071
1. (замена аллергикам) Мясо отварное.	50	16,374	8,003	0,303	138,615
2. Пюре картофельное	120	2,363	4,077	14,737	105,237
1. (замена аллергикам) Пюре картофельное без добавления молока.	150	2,585	4,637	20,904	135,96
3. Напиток из плодов шиповника	180	0,734	0,302	22,409	109,224
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	5,988	23,94
4. Булочка "творожная"	70	7,682	3,447	26,34	167,964
5. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
6. Груша	70	0,28	0,21	7,21	32,9
Итого:		20,7	14,867	79,833	551,596
Итого за день:		**67,172**	**54,65**	**224,338**	**1683,87**

ясли 2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	30	4,17	4,08	9,018	90,3
2. Каша рисовая жидкая с маслом сливочным	130	3,173	4,127	19,697	128,625
3. Чай с молоком	170	1,142	0,922	7,519	42,929
Итого:		8,486	9,128	36,234	261,853
Обед					
1. Салат из свеклы	40	0,552	2,434	3,238	37,032
2. Суп картофельный с макаронными изделиями, птицей и зеленью петрушки	150/5/1	2,52	1,953	10,859	71,151
1. (замена аллергикам) Суп из овощей	150/14	4,015	2,812	6,658	68,287
3. Печень по-строгановски	50/30	13,025	8,541	5,969	153,176
4. Каша гречневая рассыпчатая	90	5,231	3,841	23,663	149,952
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
6. Компот из изюма	150	0,26	0,057	14,921	61,679
Итого:		22,908	17,086	66,61	513,19
Полдник					
1. ряженка	150	4,36	3,759	6,315	81,189
Итого:		4,36	3,759	6,315	81,189
Ужин					
1. Шницель рыбный натуральный	50	6,973	5,511	0,983	80,541
2. Пюре картофельное	100	2,037	3,359	13,347	91,782
3. Напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,21	12,235	62,55
4. Булочка "творожная"	50	6,134	2,994	18,582	126,505
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
6. Яблоко свежее	70	0,28	0,28	6,86	32,9
Итого:		17,254	12,615	59,968	434,477
Итого за день:		**53,008**	**42,588**	**169,126**	**1290,71**

ст.медсестра_____

ВРИО_____Потапова Елена Васильевна