

Сезон: весна

Утверждено:  
 Руководитель учреждения "детский сад "Росинка"  
 Е.О. СОКОЛОВА, д.т.г. Безенчук  
 О.Ю. Гурова

Меню 14 марта 2025 г. (неделя 2, день 10)

Прием пищи	Наименование блюда	Если (10,5 ч.)			Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Пищевые вещества		У					Б	Ж	У		
		Б	Ж										
<b>Завтрак 1</b>													
	Омлет натуральный	120	10,9	22,3	11,5	289,6	229	130	11,8	23,9	12,5	313,7	229
	Кофейный напиток с молоком	150	2,68	2,01	21,15	113,8	414	180	3,2	2,4	25,5	136,6	414
	Бутерброд с маслом	25/5	2,04	4,42	10,94	110,2	3	30/7	2,5	6,2	13,14	136,0	3
<b>Итого за завтрак</b>			15,62	28,73	43,59	513,6			17,5	32,5	51,14	586,3	
<b>Завтрак 2</b>	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2		100	0,54	0	10,1	42,2	
<b>Обед</b>	Салат из моркови тушеной с курагой	30	0,4	1,2	4	28,7	11	50	0,9	0,05	11,4	49,5	11
	Суп картофельный с крупой (рис) и томатом на мясном бульоне со сметаной	150	1,32	1,69	12,34	69,9	86	200	1,76	2,26	16,46	93,2	86
	Капуста тушеная с мясом птицы	160	3,2	5,76	16,96	132,8	354	200	4,0	7,2	21,2	166,0	354
	Компот из с/фруктов	150	0,06	0	16,4	65,7	394	180	0,07	0	19,6	78,8	394
	Хлеб пшеничный	25	2,02	0,32	10,9	55,25		30	2,43	0,39	13,08	66,3	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,6	54,3		40	2,64	0,48	18,12	72,4	
<b>Итого за обед</b>			8,98	9,33	74,2	406,65			11,8	10,38	99,86	526,2	
<b>Полдник</b>	Кондитерские изделия	40	3,14	2,63	21,94	138,29		70	5,5	4,6	38,4	242,0	
	Чай с молоком	170	1,1	1,3	14,0	72,0	420	200	1,3	1,5	16,4	84,6	420
<b>Итого за полдник</b>			4,24	3,93	35,94	210,3			6,8	6,1	54,8	326,6	
<b>Итого за день</b>			29,38	41,99	163,83	1172,75			36,64	48,98	215,9	1481,3	

