

Меню **10 июня 2025 г.**

Прием пищи	Название блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность (ккал)	№ рецепт.
			Б	Ж	У		
ДЕНЬ 2							
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная	200	2.17	3.87	2445	154	199
	Бутерброд с маслом	30\10	2.45	7.55	14.62	136	1
	Кофейный напиток с молоком	180	2.85	2.41	14.36	91	411
ИТОГО		420	7.47	13.83	53.43	381	
2-ОЙ ЗАВТРАК	Сок	100	0.5		10.1	42.67	399
ОБЕД	С-т: Икра кабачковая	50	0.6	2.36	3.85	38.75	57
	Суп гороховый с бобовыми	200	4.27	4.2	33.05	107.8	87
	Сырники со сметаной	180/20	20.64	22.8	30.52	421.2	245
	Компот из сухофруктов	180	0.479	0.024	29.98	126	394
	Хлеб ржаной	37.5	2.47	0.45	12.52	65.25	
ИТОГО		667.5	28.45	29.8	109.9	759	
ПОЛДНИК	Рыба запеченная в омлете	100	15.9	4.5	3.2	117.5	263
	Печенье	20.0	4.1	2.3	3.2	94	151
	Чай	150	0.049	0.016	8.3	33.3	411
ИТОГО		270	20.0	6.8	14.7	244.8	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		1457.5	56.4	50.4	188.13	1427.4	

Меню
10 июня 2025 г.
Ясли

Прием пищи	Название блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность (ккал)	№ рецепт.
			Б	Ж	У		
ДЕНЬ 2							
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная	150	1.63	2.9	20.6	115.5	199
	Бутерброд с маслом	30\10	2.45	7.55	14.62	136	1
	Кофейный напиток с молоком	150\9	2.37	2.0	11.96	75.8	414
ИТОГО		340	6.45	12.45	47.18	327.3	
2-ОЙ ЗАВТРАК	Сок	100	0.5		10.1	42.67	399
ОБЕД	Икра кабачковая	30	0.36	1.4	2.31	23.25	57
	Суп картофельный с бобовыми	150	3.2	3.15	24.78	88.85	87
	Сырники со сметаной	160/15	18.3	20.2	27.12	374.4	245
	Компот из сухофруктов	150	0.399	0.019	24.9	105	394
	Хлеб ржаной	26.2	1.72	0.31	8.74	45.58	
ИТОГО		531.2	23.97	25.07	87.85	629.08	
ПОЛДНИК	Рыба запеченная в омлете	80.0	12.7	3.6	2.56	94	263
	Печенье	20.0	4.1	2.3	3.2	94	151
	Чай с сахаром	100	0.032	0.01	5.5	22.2	411
ИТОГО		200	16.8	5.9	11.26	210.2	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		1171.2	47.72	43.5	156.3	1209.2	