



Судя

МЕНЮ

ясли

На « _____ » _____ 20__ г

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша пшеничная молочная с тыквой и маслом сл.	150	5,5	5,0	26,4	172,7
	Какао с молоком	150	3,2	2,8	12,9	88,3
	Бутерброд с сыром и маслом слив.	40/5/10	5,06	7,27	14,62	162,25
	<i>Итого:</i>	435	13,76	15,07	53,92	423,25
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4
	<i>Итого</i>	100	0,5	-	10,1	42,4
Обед	Салат витаминный	30	0,4	1,8	2,7	26,2
	Суп лапша с курицей	150	1,5	3,1	7,3	63,8
	Голубцы ленивые с куриным мясом	130	11,4	7,3	16,4	177,9
	Компот из сухофруктов без сахара	150	0,3	0,0	9,2	39,2
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,2	51,2
	<i>Итого:</i>	490	15,58	12,56	45,8	358,3
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,2	4,8	6,0	84,2
	Гренка из хлеба пшеничного	40	4,9	0,63	30,4	147,28
	<i>Итого:</i>	190	9,1	5,43	36,4	195,48
Ужин:	Салат из моркови с яблоком	30	0,3	0,2	2,8	26,1
	Запеканка рисовая с творогом	120	7,3	5,9	39,9	242,4
	Соус молочный	30	0,6	1,4	3,9	30,5
	Чай с сахаром	150	0	0	10,0	40,0
	<i>Итого:</i>	330	10,2	9,17	70,36	425,05
<i>Итого за XIV день:</i>		1545	55,27	48,63	237,71	1656,18