

МЕНЮ  
14 февраля 2024  
1 младшая группа 2 нед.8 день  
ЗАВТРАК

| № реч. | Наименование блюд              | Выход, гр. | Пищевая ценность |      |          |              |
|--------|--------------------------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
|        |                                |            | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| 11,4   | каша рисовая молочная с маслом | 150        | 2,2              | 2,8  | 26,7     | 139          |
| 1,13   | батон                          | 30         | 2,28             | 0,27 | 14,01    | 120          |
| 1.13   | масло сливочное                | 5          | 0,04             | 3,36 | 0,065    | 26,3         |
| 10,1   | кофе с молоком                 | 150        | 2,3              | 2,2  | 10       | 67           |
| Итого  |                                |            | 6,82             | 8,63 | 50,775   | 352,3        |

ЗАВТРАК 2

| № реч. | Наименование блюд | Выход, гр. | Пищевая ценность |      |          |              |
|--------|-------------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
|        |                   |            | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |
|        | яблоко            | 1шт        | 0,4              | 0,4  | 9,8      | 42,68        |
| Итого  |                   |            | 0,4              | 0,4  | 9,8      | 42,68        |

ОБЕД

| № реч. | Наименование блюд          | Выход, гр. | Пищевая ценность |       |          |              |
|--------|----------------------------|------------|------------------|-------|----------|--------------|
|        |                            |            | Белки            | Жиры  | Углеводы | Калорийность |
| 18.2   | щи со сметаной             | 150        | 1,1              | 1,9   | 5,6      | 40           |
| 3.9    | рагу из мяса кур с овощами | 150        | 14,9             | 16,35 | 14,4     | 265,5        |
| 9.10   | компот из свежих яблок     | 150        | 0,75             | 0,08  | 21,45    | 86,25        |
|        | хлеб                       | 40         | 2,64             | 0,48  | 13,36    | 69,51        |
| Итого  |                            |            | 19,39            | 18,81 | 54,81    | 461,26       |

ПОЛДНИК

| № реч.          | Наименование блюд | Выход, гр. | Пищевая ценность |      |          |              |
|-----------------|-------------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
|                 |                   |            | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| 17.3            | суп молочный      | 130        | 5,3              | 4    | 9,7      | 100          |
| 15.1            | чай               | 150        | 0                | 0    | 6,8      | 26,3         |
|                 | хлеб              | 30         | 2,28             | 0,27 | 14,01    | 120          |
|                 | Итого:            |            | 7,58             | 4,27 | 30,51    | 246,3        |
| Итого по группе |                   |            |                  |      |          | 1102,54      |