

общера
« »

МЕНИЮ на « 30 » *март* 2025 г.

(сборник технических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания детей в дошкольных организациях УР, 2013 г.)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход (гр.)	Пищевые вещества (гр.)			Энергетическая ценность	Номер рецептурника
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каши овсяная	150/150	5.58/6.7	5.85/6.9	24.9/29.93	167/200.4	n 115
	Корейской капусты	180/200	3.69/4.1	3.69/4.1	19.7/21.88	132/147.2	n 39
	Томаты	30/32	2.37/2.52	0.3/0.32	14.49/15.45	21/25.4	
2-й завтрак	Рис	150/150			19.1/25.4	76.5/102	
Обед	Сал. морков. с зел. пер. 40/60	150/150	0.57/0.95	1.83/3.05	1.74/2.9	25.8/43	n 29
	Суп борщ с мясом	150/150	5.04/6.49	6.65/8.52	13.24/16.87	131.8/159	n 86
	Картофельное	150/150	2.65/3.66	4.4/5.25	20.19/23.1	139.06/149.3	n 105
	Запеканка мясная	30/40	6.9/8.9	8.9/10.4	8.2/9.6	144/168	n 52
	Каша из гречихи	180/200	0.4/0.45	2.08/2.02	26.35/29.5	107.9/129.9	n 34
	Хлеб пшенич.	36/45	2.37/2.96	0.43/0.54	12/15	62.7/77.62	
Уплотненный полдник	Творожная запеканка	60/80	3.85/5.0	5.56/7.08	21.9/29.2	144/192	n 45
	Молочный суп	140/200	3.8/5.48	2.5/2.5	3.58/9.07	85/102	
	Яблоки	100/100	1.83	1.43	23.53	107.42	
СУММА НА ДЕНЬ: 157 руб. 70 коп.							
Рекомендовано дома:							