

## Меню (ясли)

Дата: 20.03.2025	Суточн. потребление веществ				Выход блюдов
	Б	Ж	У	Эн цен	
<b>Завтрак</b>					
Каша пшеничная на молоке	2,65	4,9	24,5	117	150
Хлеб пшеничн. со слив.маслом	1,6	4,7	18,6	111,2	35+5
Какао на молоке с сахаром	1,7	1,3	10,2	91	160
ИТОГО:	5.6	10.9	53.3	319.2	350
<b>2ой завтрак (10-00) ГРУШИ</b>	0.4	0.0	9.3	56	100
<b>Обед</b>					
Суп с зел.горошком на курином бульоне	1.6	3.3	12.5	81,4	150
Плов с мясом	1.5	3.6	20.9	136	110
	6,9	9.1	14.7	149	50
Компот из кураги	0.1	0.0	16.1	67,3	150
Хлеб ржаной	1.3	0.46	13,1	74	30
ИТОГО:	12,3	17.4	79	538	520
<b>Полдник</b>					
 Хл Колобок творожный	4,3	4,7	14.1	133	40
Чай сладкий	5,0	4,6	9,1	102	160
ИТОГО:	9.3	9,3	23.2	235	200
<b>Ужин</b>					
Лапша молочная	0.4	0.8	2.5	28.7	30
Хлеб пшеничный	14.0	6.4	24.9	171	160
Чай сладкий	0.03	0.04	0.2	0.3	180
	0.3	2.2	10.9	68	30
ИТОГО:	14,7	9.44	38.5	268	400
<b>Итого за день:</b>	42	47	203	1416	1500

## Меню (сад)

Дата 20.03.2025	Суточн. Потребление веществ				Выход готовых блюдов
	Б	Ж	У	Энерг ценн.	
<b>Завтрак</b>					
Каша пшеничная на молоке	3,0	5,3	29,6	149	180
Хлеб пшеничный со слив.маслом	1,7	5,4	19,8	160	40\10
Какао на молоке с сахаром	1,8	2,41	18,4	102	180
ИТОГО:	6.5	13.1	67.7	411	410
<b>2ой завтрак (10-00) ГРУШИ</b>	0.4	0.0	9.3	56	100
<b>Обед</b>					
Суп с зел.горошком на курином бульоне	1.45	1.2	2.81	33.8	50
Плов с мясом	1.68	4.83	14.1	99,7	180
	2.64	4.37	26.7	179	130
	11	10,3	19.6	198	70
Компот из кураги	0.1	0.0	20.3	87,5	180
Хлеб ржаной	1.34	0.54	17,9	96	40
ИТОГО:	18,3	21.2	101	694	650
<b>Полдник</b>					
 Колобок творожный	4,7	5,0	18.3	168	50
Чай сладкий	5,7	5,3	11,1	127	200
ИТОГО:	12	13	31.4	295	250
<b>Ужин</b>					
Лапша молочная	0.5	1.13	2.93	30.9	50
Хлеб пшеничный	17,6	10.0	39.0	241	180
Чай сладкий	0.0	0.0	0.2	0.42	180
	0.3	4.2	11	71,1	40
ИТОГО:	18,5	15,4	53.2	343,6	450

<b>Итого за день:</b>	<b>54</b>	<b>60,0</b>	<b>261</b>	<b>1810</b>	<b>1860</b>
-----------------------	-----------	-------------	------------	-------------	-------------