

№ рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			белки	жиры	углеводы	
7-й день-13 декабря 2022(с 3-7 лет)						
Завтрак						
стр.131	Суп молочный ермитажский	200	6,70	11,0	26,0	209,0
2	Бульброд с говядиной	30/8	2,3	4,36	14,62	108,0
253	Кофейный напиток	180	1,3	1,3	14,0	92,0
Второй завтрак						
10.00	сок	180	1,9	7,5	13,9	120,0
Обед						
37	Суп с клецками	250	5,16	7,05	18,95	196,8
1	Сельдь с луком репчатым	40	2,45	7,55	14,62	136,0
24	Салат из зеленого горошка	60	5,30	6,50	0,91	116,0
стр.119	Картофельное пюре	150	3,05	5,24	18,06	142,0
206	Компот из с/ф	180	0,91	0,00	45,22	171,0
Лодник						
102	Занежанка рисовая	200/20	9,88	7,99	53,04	323,6
200	Чай с лимоном	180	0,0	0,0	12,13	47,0
Меню для МБДОУ "Переславский детский сад" "Шалунья"						
7-й день-13 декабря 2022 Вторник(от 1,5-3 лет)						
Завтрак						
стр.131	Суп молочный ермитажский	150	4,40	4,5	22,6	179,5
2	Бульброд с говядиной	20/5	1,54	3,46	9,75	78,0
253	Кофейный напиток с молоком	150	1,08	1,08	11,7	76,7
Второй завтрак						
10.00	сок	150	2,2	2,38	23,83	165,0
Обед						
37	Суп с клецками	200	4,12	5,63	15,13	139,6
1	Хлеб пшеничный	30	2,45	7,55	14,62	136,0
1	Сельдь с луком репчатым	45	3,96	4,88	0,68	87,0
24	Салат из зеленого горошка	32	1,05	2,00	4,55	33,2
стр.119	Картофельное пюре	120	2,44	4,19	14,45	113,6
206	Компот из с/ф	200	0,91	0,00	45,22	171,0
Лодник						
102	Занежанка рисовая	200/20	9,88	7,99	53,04	323,6
200	Чай с лимоном	150	0,0	0,0	9,1	35,0