

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ "Чайка"  
 Мамаева О.В. (должность)  
 (ФИО)  
 (дата)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 6</b>							
ЗАВТРАК	Омлет	130	12,83	13,92	2,59	187,21	215
	Чай с сахаром	180	1,80	0,00	9,81	53,08	392з
	Бутерброды с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	1.1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>350</b>	<b>17,08</b>	<b>21,47</b>	<b>27,02</b>	<b>376,29</b>	
ОБЕД	Суп овощной на м/к бульоне	150	5,18	4,59	12,77	113,7	77.2о
	Компот из сухофруктов	150	0,12	0,00	12,91	49,27	376
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,68	0,72	25,80	130,8	700
	Каша гречневая рассыпчатая с мясом	150	18,89	16,23	22,82	312,75	203г
	Зеленый горошек (консервированного)	20	0,92	0,05	2,13	12,11	10/1
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>500</b>	<b>29,79</b>	<b>21,59</b>	<b>76,43</b>	<b>618,63</b>	
ПОЛДНИК	Крендель сахарный	55	4,45	5,18	33,47	196,66	460.1
	Чай с молоком	150	2,22	1,88	11,94	72,58	394
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>205</b>	<b>6,67</b>	<b>7,06</b>	<b>45,41</b>	<b>269,24</b>	
УЖИН	Суп Уха с сайрой (консерв.)	180	6,80	2,72	12,83	103,57	87
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94	701
	Чай	180	0,36	0,00	0,07	3,44	391
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>400</b>	<b>10,32</b>	<b>3,12</b>	<b>32,22</b>	<b>201,01</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1455</b>	<b>63,86</b>	<b>53,24</b>	<b>181,08</b>	<b>1465,17</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1455</b>	<b>63,86</b>	<b>53,24</b>	<b>181,08</b>	<b>1465,17</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1455</b>	<b>63,86</b>	<b>53,24</b>	<b>181,08</b>	<b>1465,17</b>	



### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 6</b>							
ЗАВТРАК	Омлет	150	14,80	16,07	2,99	216,01	215
	Чай с сахаром	200	2,00	0,00	10,90	58,98	392з
	Бутерброды с маслом	50	3,06	9,44	18,27	170	1.1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>400</b>	<b>19,86</b>	<b>25,51</b>	<b>32,16</b>	<b>444,99</b>	
ОБЕД	Суп овощной на м/к бульоне	180	6,21	5,51	15,32	136,44	77.2о
	Компот из сухофруктов	180	0,14	0,00	15,50	59,13	376
	Хлеб ржано-пшеничный	40	6,24	0,96	34,40	174,4	700
	Каша гречневая рассыпчатая с мясом	180	22,66	19,48	27,38	375,3	203г
	Зеленый горошек (консервированного)	20	0,92	0,05	2,13	12,11	10/1
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>600</b>	<b>36,17</b>	<b>26,00</b>	<b>94,73</b>	<b>757,38</b>	
ПОЛДНИК	Крендель сахарный	65	5,26	6,12	39,55	232,41	460.1
	Чай с молоком	200	2,96	2,50	15,92	96,78	394
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>265</b>	<b>8,22</b>	<b>8,62</b>	<b>55,47</b>	<b>329,19</b>	
УЖИН	Суп Уха с сайрой (консерв.)	200	7,56	3,02	14,26	115,08	87
	Чай	200	0,40	0,00	0,08	3,82	391
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,5	701
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>450</b>	<b>11,91</b>	<b>3,52</b>	<b>38,49</b>	<b>236,4</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1715</b>	<b>76,16</b>	<b>63,65</b>	<b>220,85</b>	<b>1767,96</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1715</b>	<b>76,16</b>	<b>63,65</b>	<b>220,85</b>	<b>1767,96</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1715</b>	<b>76,16</b>	<b>63,65</b>	<b>220,85</b>	<b>1767,96</b>	