

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепту ры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 3							
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" на цельном молоке	130	4,69	3,76	21,19	134,71	168.1a
	Бутерброды с варенной сгущенкой	40	3,13	0,34	20,00	95,92	6
	Чай с сахаром	180	1,80	0,00	7,54	44,48	392з
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	9,62	4,10	48,73	275,11	
ОБЕД	Суп вермишелевый на м/к бульоне	150	4,73	6,69	11,89	126,85	82.1
	Капуста тушенная с мясом	150	10,74	11,76	11,62	197,7	336
	Компот из сухофруктов	150	0,12	0,00	12,91	49,27	376
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,34	0,36	12,90	65,4	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		480	17,93	18,81	49,32	439,22	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Запеканка из творога с яблоками	150	10,89	12,45	15,34	216,54	239
	Чай с сахаром и лимоном	180	1,85	0,00	9,97	54,92	393з
	Суп Уха с сайрой (консерв.)	180	7,47	8,14	18,07	175,99	87
	Сухарики из пшеничного хлеба	40	3,16	0,40	19,32	94	115
	Соус сладкий	20	0,70	0,79	1,65	16,32	352
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		570	24,07	21,78	64,35	557,77	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1400	51,62	44,69	162,40	1272,1	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1400	51,62	44,69	162,40	1272,1	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1400	51,62	44,69	162,40	1272,1	

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

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	№ рецепту- ры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 3							
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" на цельном молоке	150	5,41	4,34	24,45	155,43	168.1а
	Бутерброды с варенной сгущенкой	50	3,91	0,42	25,00	119,96	6
	Чай с сахаром	200	2,00	0,00	8,38	49,42	392з
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	11,32	4,76	57,83	324,75	
ОБЕД	Суп вермишелевый на м/к бульоне	180	5,67	8,03	14,27	152,23	82.1
	Капуста тушенная с мясом	180	12,89	14,11	13,95	237,24	336
	Компот из сухофруктов	180	0,14	0,00	15,50	59,13	376
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,12	0,48	17,20	87,2	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		580	21,82	22,62	60,92	535,8	
УПЛОТНЕНН- ЫЙ ПОЛДНИК	Запеканка из творога с яблоками	200	14,52	16,60	20,46	288,72	239
	Чай с сахаром и лимоном	200	2,06	0,00	11,08	61,02	393з
	Суп Уха с сайрой (консерв,)	200	8,30	9,04	20,08	195,54	87
	Сухарики из пшеничного хлеба	50	3,95	0,50	24,15	117,5	115
	Соус сладкий	20	0,70	0,79	1,65	16,32	352
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		670	29,53	26,93	77,42	679,1	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1650	62,67	54,31	196,17	1539,65	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1650	62,67	54,31	196,17	1539,65	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1650	62,67	54,31	196,17	1539,65	