

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

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	№ рецепту- ры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6							
ЗАВТРАК	Чай с сахаром	180	1,80	0,00	7,54	44,48	392з
	Бутерброды с маслом	40	2,48	5,71	14,64	120,31	1.1
	Омлет	130	12,90	13,03	2,68	179,78	215
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	17,18	18,74	24,86	344,57	
ЗАВТРАК 2	Соки фруктовые	110	0,54	0,11	17,29	72,6	399
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		110	0,54	0,11	17,29	72,6	
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,12	0,00	12,91	49,27	376
	Суп овощной на м/к бульоне	150	6,72	16,80	12,97	230,68	77.2о
	Зеленый горошек (консервированного)	30	0,88	0,06	1,85	11,4	10/1
	Каша гречневая рассыпчатая с мясом	150	11,23	7,61	22,89	204,78	203г
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,34	0,36	12,90	65,4	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		510	21,29	24,83	63,52	561,53	
УПЛОТНЕНН	Крендель сахарный	55	4,61	10,54	37,03	259,11	460.1
	Чай с молоком	180	1,62	1,35	11,59	63,85	394
	Суп Уха с сайрой (консерв,)	180	7,47	11,74	18,07	208,35	87
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94	701
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		455	16,86	24,03	86,01	625,31	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1425	55,87	67,71	191,68	1604,01	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1425	55,87	67,71	191,68	1604,01	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1425	55,87	67,71	191,68	1604,01	



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	№ рецепту- ры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6							
ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200	2,00	0,00	8,38	49,42	392з
	Бутерброды с маслом	50	3,11	7,14	18,30	150,38	1.1
	Омлет	150	14,88	15,03	3,09	207,43	215
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	19,99	22,17	29,77	407,23	
ЗАВТРАК 2	Соки фруктовые	130	0,64	0,13	20,44	85,8	399
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		130	0,64	0,13	20,44	85,8	
ОБЕД	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
	Зеленый горошек (консервированного)	50	1,47	0,09	3,09	19	10/1
	Каша гречневая рассыпчатая с мясом	180	13,48	9,13	27,47	245,74	203г
	Суп овощной на м/к бульоне	180	8,06	20,16	15,57	276,82	77.2о
ИТОГО ЗА ОБЕД		630	26,27	29,86	78,83	687,89	
УПЛОТНЕНН	Крендель сахарный	65	5,45	12,45	43,76	306,22	460.1
	Чай с молоком	200	1,80	1,50	12,88	70,94	394
	Суп Уха с сайрой (консерв,)	200	8,30	13,04	20,08	231,5	87
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,5	701
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		515	19,50	27,49	100,87	726,16	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1675	66,40	79,65	229,91	1907,08	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1675	66,40	79,65	229,91	1907,08	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1675	66,40	79,65	229,91	1907,08	