

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	№ рецепту ры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 3							
ЗАВТРАК	Каша гречневая рассыпчатая	130	5,29	3,77	23,82	150,2	165.1
	Молоко кипяченое	180	4,97	4,28	8,21	92,34	400
	Бутерброды с повидлом	40	2,37	0,30	14,49	70,5	2
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	12,63	8,35	46,52	313,04	
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	Суп Волна на курином бульоне	180	6,89	6,23	18,86	159,46	766.1
	Плов из птицы	150	14,04	4,74	27,58	209,47	304
	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
	Огурцы соленные	30	0,24	0,03	0,51	3,9	57
ИТОГО ЗА ОБЕД		540	23,63	11,36	72,76	487,5	
УПЛОТНЕНН	Пряник детский	50	2,40	1,40	38,85	167,9	704
	Чай с сахаром	180	1,80	0,00	7,54	44,48	392з
	Суп Полевой на курином бульоне	180	8,50	6,43	20,16	171,65	91
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94	701
	Яйцо отварное	50	6,35	5,75	0,35	78,75	213
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		500	22,21	13,98	86,22	556,78	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1500	59,01	33,80	222,79	1429,92	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1500	59,01	33,80	222,79	1429,92	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1500	59,01	33,80	222,79	1429,92	

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ "Чайка"
Мамаева О.В. (подпись)
20.02.2022 (дата)
(ФИО)

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 гречневая рассыпчатая	150	6,11	4,35	27,48	173,31	165,1
	Молоко кипяченое	200	5,52	4,76	9,12	102,6	400
	Бутерброды с повидлом	50	2,96	0,38	18,11	88,12	2
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	14,59	9,49	54,71	364,03	
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	Суп Волна на курином бульоне	200	7,66	6,92	20,96	177,18	766,1
	Плов из птицы	180	16,85	5,69	33,10	251,37	304
	Компот из сухофруктов	100	0,14	0,00	15,50	59,13	376
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,12	0,48	17,20	87,2	700
	Огурцы соленные	50	0,40	0,05	0,85	6,5	57
ИТОГО ЗА ОБЕД		650	28,17	13,14	87,61	581,38	
УПЛОТНЕНН	Пряник детский	50	2,40	1,40	38,85	167,9	704
	Суп Полевой на курином бульоне	200	9,44	7,14	22,40	190,72	91
	Чай с сахаром	200	2,00	0,00	8,38	49,42	3923
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,5	701
	Яйцо отварное	50	6,35	5,75	0,35	78,75	213
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		550	24,14	14,79	94,13	604,29	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1730	67,54	37,55	256,89	1635,5	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1730	67,54	37,55	256,89	1635,5	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1730	67,54	37,55	256,89	1635,5	