



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	№ рецепту- ры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4							
ЗАВТРАК	Каша пшенная на цельном молоке	130	3,99	4,78	16,89	124,38	168.61
	Бутерброды с маслом	40	2,46	4,73	14,61	111,25	1.1
	Чай с сахаром	180	1,80	0,00	7,54	44,48	392з
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	8,25	9,51	39,04	280,11	
ЗАВТРАК 2	Соки фруктовые	120	0,59	0,12	18,86	79,2	399
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		120	0,59	0,12	18,86	79,2	
ОБЕД	Борщ на курином бульоне со сметаной	150	6,54	9,27	13,32	163,89	66
	Макароны отварные	110	7,49	2,74	45,97	238,17	205
	Компот из сухофруктов	150	0,12	0,00	12,91	49,27	376
	Икра кабачковая (консервированная)	30	0,34	0,03	1,71	8,04	44
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,34	0,36	12,90	65,4	700
	Курица отварная	50	10,65	5,50	0,05	92,3	300
ИТОГО ЗА ОБЕД		520	27,48	17,90	86,86	617,07	
УПЛОТНЕНН	Печенье	50	3,75	5,90	37,45	208,55	705
	Чай с молоком	180	2,66	2,25	14,33	87,1	394
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94	701
	Суп Шахтерский на курином бульоне	180	7,49	14,00	14,63	214,7	89
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		450	17,06	22,55	85,73	604,35	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1440	53,38	50,08	230,49	1580,73	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1440	53,38	50,08	230,49	1580,73	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1440	53,38	50,08	230,49	1580,73	



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	№ рецепту ры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4							
ЗАВТРАК	Каша пшенная на цельном молоке	150	4,60	5,52	19,48	143,52	168.61
	Чай с сахаром	200	2,00	0,00	8,38	49,42	392з
	Бутерброды с маслом	50	3,08	5,91	18,26	139,07	1.1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	9,68	11,43	46,12	332,01	
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	Курица отварная	70	14,91	7,70	0,07	129,22	300
	Макароны отварные	130	8,85	3,24	54,33	281,48	205
	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
	Борщ	180	9,11	8,17	6,03	135	56
	Икра кабачковая (консервированная)	50	0,57	0,05	2,85	13,4	44
ИТОГО ЗА ОБЕД		650	36,70	19,64	95,98	705,43	
УПЛОТНЕНН	Печенье	50	3,75	5,90	37,45	208,55	705
	Чай с молоком	200	2,96	2,50	15,92	96,78	394
	Суп Шахтерский на курином бульоне	200	8,32	15,56	16,26	238,56	89
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,5	701
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		500	18,98	24,46	93,78	661,39	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1680	66,00	55,66	256,32	1784,63	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1680	66,00	55,66	256,32	1784,63	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1680	66,00	55,66	256,32	1784,63	