

УТВЕРЖДАЮ

И.о.зав.д/с Ратманова Н.В. (должность)

30.06.26. (ФИО)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

01.07.26.

Возрастная
я Если
категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	№ рецептур ы
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 3							
ЗАВТРАК	Омлет	130	12,90	13,03	2,68	179,78	215
	Какао - напиток на сгущенном молоке	180	2,93	2,39	2,29	43,25	397.1
	Бутерброды с повидлом	40	2,37	0,30	14,49	70,5	2
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	18,20	15,72	19,46	293,53	
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	150	5,74	5,19	15,72	132,88	766.1
	Курица отварная	50	10,65	5,50	0,05	92,3	300
	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
	морковь отварная	30	0,39	0,03	2,07	10,5	130
	Макароны отварные	110	7,49	2,74	45,97	238,17	205
ИТОГО ЗА ОБЕД		520	26,73	13,82	89,62	588,52	
УПЛОТНЕНН	Запеканка из творога с яблоками	180	13,10	16,04	18,43	270,04	239
	Соус сладкий	20	0,70	0,79	1,65	16,32	352
	Чай с сахаром и лимоном	180	1,85	0,00	9,97	54,92	393з
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94	701
	Суп картофельный на курином	180	6,35	2,48	13,18	100,84	77
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		600	25,16	19,71	62,55	536,12	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1580	70,63	49,36	188,92	1490,77	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1580	70,63	49,36	188,92	1490,77	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1580	70,63	49,36	188,92	1490,77	

УТВЕРЖДАЮ

И.о.зав.д/с. Ратманова Н.В. (должность)
30.06.26. (ФИО)
 (дата)

Меню приготавливаемых блюд

01.07.26.

Возрастная
 категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	№ рецепту ры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 3							
ЗАВТРАК	Омлет	150	14,88	15,03	3,09	207,43	215
	Какао - напиток на сгущенном молоке	200	3,26	2,66	2,54	48,06	397.1
	Бутерброды с повидлом	50	2,96	0,38	18,11	88,12	2
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	21,10	18,07	23,74	343,61	
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
	Суп Волна на курином бульоне	180	6,89	6,23	18,86	159,46	766.1
	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
	морковь отварная	50	0,65	0,05	3,45	17,5	130
	Макароны отварные	130	8,85	3,24	54,33	281,48	205
ИТОГО ЗА ОБЕД		650	34,56	17,70	109,41	733,99	
УПЛОТНЕНН	Запеканка из творога с яблоками	200	14,56	17,82	20,48	300,04	239
	Чай с сахаром и лимоном	200	2,06	0,00	11,08	61,02	393з
	Суп картофельный на куринном	200	7,06	2,76	14,64	112,04	77
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,5	701
	Соус сладкий	20	0,70	0,79	1,65	16,32	352
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		670	28,33	21,87	72,00	606,92	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1850	84,63	57,77	225,59	1770,32	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1850	84,63	57,77	225,59	1770,32	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1850	84,63	57,77	225,59	1770,32	