

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ "Найка"
 Мамаева О.В. (должность)
 14.07.20 (ФИО)
 (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
ЗАВТРАК	Бутерброды с повидлом	40	2,37	0,30	14,49	70,5	2
	Каша геркулесовая на цельном молоке	130	5,23	5,64	22,24	160,03	168.4.1
	Чай с сахаром и лимоном	180	1,85	0,00	9,97	54,92	393з
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	9,45	5,94	46,70	285,45	
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	Свекольник на м/к бульоне со сметаной	150	7,10	5,13	20,15	156,36	63.1
	Рис отварной	110	2,95	4,05	24,07	144,67	315
	Компот из сухофруктов	150	0,12	0,00	12,91	49,27	376
	морковь отварная	30	0,39	0,03	2,07	10,5	130
	Рыба, тушенная с овощами	50	8,41	2,86	1,99	67,69	247.1
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,34	0,36	12,90	65,4	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		520	21,31	12,43	74,09	493,89	
УПЛОТНЕНН	Рагу овощное	110	5,32	7,32	9,25	124,76	344
	Чай с молоком	180	1,62	1,35	11,59	63,85	394
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94	701
	Печенье	50	3,75	5,90	37,45	208,55	705
	Яйцо отварное	50	6,35	5,75	0,35	78,75	213
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		430	20,20	20,72	77,96	569,91	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1410	51,50	39,20	216,04	1421,85	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1410	51,50	39,20	216,04	1421,85	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1410	51,50	39,20	216,04	1421,85	

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ "Чайка"

Мамаева О.В.

14.01.2017

(подпись)

(ФИО)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая на цельном молоке	150	6,03	6,51	25,67	184,65	168.4.1
	Чай с сахаром и лимоном	200	2,10	0,00	8,68	52,82	392
	Бутерброды с повидлом	50	2,96	0,38	18,11	88,12	2
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	11,09	6,89	52,46	325,59	
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	Свекольник на м/к бульоне со сметаной	180	8,51	6,16	24,17	187,63	63.1
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,12	0,48	17,20	87,2	700
	Рыба, тушенная с овощами	70	11,77	4,00	2,79	94,77	247.1
	Компот из сухофруктов	180	0,14	0,00	15,50	59,13	376
	морковь отварная	50	0,65	0,05	3,45	17,5	130
	Рис отварной	130	3,48	4,78	28,44	170,98	315
ИТОГО ЗА ОБЕД		650	27,67	15,47	91,55	617,21	
УПЛОТНЕНН	Рагу овощное	130	6,29	8,65	10,93	147,45	344
	Чай с молоком	200	1,80	1,50	12,88	70,94	394
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,5	701
	Печенье	50	3,75	5,90	37,45	208,55	705
	Яйцо отварное	50	6,35	5,75	0,35	78,75	213
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		480	22,14	22,30	85,76	623,19	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1660	61,54	44,79	250,21	1651,79	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1660	61,54	44,79	250,21	1651,79	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1660	61,54	44,79	250,21	1651,79	