

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ "Чайка"
Мамаева О.В.
23.03.2023

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	№ рецепту- ры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Омлет	130	12,90	13,03	2,68	179,78	215
	Кофейный напиток со сгущенным молоком	180	1,67	1,85	2,16	31,75	397
	Бутерброды с варенной сгущенкой	40	3,13	0,34	20,00	95,92	6
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	17,70	15,22	24,84	307,45	
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	Щи на м/к бульоне со сметаной	150	6,23	6,55	11,55	130,95	67
	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
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,34	0,36	12,90	65,4	700
	Горошница	110	8,60	2,19	20,72	137,02	318
	Шницель мясной	50	10,02	8,10	4,24	129,9	300
ИТОГО ЗА ОБЕД		520	27,70	17,23	64,39	523,04	
УПЛОТНЕНН	Суп Уха с сайрой (консерв.)	180	7,47	11,74	18,07	208,35	87
	Ватрушки	55	8,11	9,43	34,73	254,43	466
	Чай с сахаром	180	1,80	0,00	7,54	44,48	392з
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94	701
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		455	20,54	21,57	79,66	601,26	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1435	66,48	54,13	186,18	1504,35	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1435	66,48	54,13	186,18	1504,35	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1435	66,48	54,13	186,18	1504,35	

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ "Чайка"
Мамаева О.В. (подпись)
23.03.2022 (ФИО)
(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	№ рецепту- ры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Омлет	150	14,88	15,03	3,09	207,43	215
	Бутерброды с варенной сгущенкой	50	3,91	0,42	25,00	119,9	6
	Кофейный напиток со сгущенным молоком	200	1,86	2,06	2,40	35,28	397
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	20,65	17,51	30,49	362,61	
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	Щи на м/к бульоне со сметаной	180	7,47	7,87	13,86	157,14	67
	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
	Горошница	130	10,17	2,59	24,49	161,93	318
	Шницель мясной	70	14,02	11,35	5,94	181,87	300
ИТОГО ЗА ОБЕД		650	35,57	22,34	80,44	664,77	
УПЛОТНЕНН	Суп Уха с сайрой (консерв,)	200	8,30	13,04	20,08	231,5	87
	Ватрушки	65	9,58	11,15	41,04	300,69	466
	Чай с сахаром	200	2,00	0,00	8,38	49,42	392з
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,5	701
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		515	23,83	24,69	93,65	699,11	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1695	80,69	64,67	225,02	1812,29	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1695	80,69	64,67	225,02	1812,29	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1695	80,69	64,67	225,02	1812,29	