



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	№ рецепту- ры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2							
ЗАВТРАК	Каша рисовая на цельном молоке	130	4,35	5,16	20,80	147,02	168.21
	Бутерброды с повидлом	40	2,37	0,30	14,49	70,5	2
	Чай с сахаром	180	1,80	0,00	7,54	44,48	392з
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	8,52	5,46	42,83	262	
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 с клецками на м/к бульоне	150	7,56	7,36	21,72	183,56	85.2
	Пюре картофельное	110	3,43	4,05	24,22	147,51	321
	Компот из сухофруктов	150	0,12	0,00	12,91	49,27	376
	Зеленый горошек (консервированного)	30	0,88	0,06	1,85	11,4	10/1
	Котлеты рыбные	50	9,94	1,97	5,05	77,82	255
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,34	0,36	12,90	65,4	700
	ИТОГО ЗА ОБЕД	520	24,27	13,80	78,65	534,96	
УПЛОТНЕНН	Лапшевник с творогом	180	14,35	9,02	8,06	269,21	212
	Чай с сахаром	180	1,80	0,00	7,54	44,48	392з
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94	701
	Вафли	50	1,60	1,40	40,55	171,05	703
	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	44	368
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		550	21,31	11,22	85,27	622,74	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1530	54,64	30,59	224,04	1492,3	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1530	54,64	30,59	224,04	1492,3	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1530	54,64	30,59	224,04	1492,3	

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ "Чайка"

Мамаева О.В. (подпись)

24 03 2021 (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 2							
ЗАВТРАК	Каша рисовая на цельном молоке	150	5,02	5,96	24,00	169,63	168.21
	Чай с сахаром	200	2,00	0,00	8,38	49,42	392з
	Бутерброды с повидлом	50	2,96	0,38	18,11	88,12	2
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	9,98	6,34	50,49	307,17	
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 с клецками на м/к бульоне	180	9,07	8,84	26,06	220,27	85.2
	Пюре картофельное	130	4,06	4,78	28,63	174,33	321
	Компот из сухофруктов	180	0,14	0,00	15,50	59,13	376
	Зеленый горошек (консервированного)	50	1,47	0,09	3,09	19	10/1
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,12	0,48	17,20	87,2	700
	Котлеты рыбные	70	13,92	2,76	7,06	108,95	255
	Соус белый	20	0,46	0,05	2,60	12,82	346
	ИТОГО ЗА ОБЕД		670	32,24	17,00	100,14	681,7
УПЛОТНЕНН	Лапшевник с творогом	200	15,94	10,02	8,96	299,12	212
	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
	Вафли	50	1,60	1,40	40,55	171,05	703
	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	44	368
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		600	23,89	12,32	91,84	681,09	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1800	66,75	35,79	262,91	1755,76	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1800	66,75	35,79	262,91	1755,76	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1800	66,75	35,79	262,91	1755,76	