

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ "Чайка"

Мамаева О.В.

(должность)

(ФИО)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	№ рецепту ры
			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
	Каша перловая рассыпчатая	110	3,12	2,73	22,14	125,74	319
	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
	Соус белый	20	0,46	0,05	2,60	12,82	346
ИТОГО ЗА ОБЕД		540	21,94	11,16	74,76	487,78	
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
	Яйцо отварное	50	6,35	5,75	0,35	78,75	213
	Печенье	50	3,75	5,90	37,45	208,55	705
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		430	20,20	20,72	77,96	569,91	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1430	52,13	37,93	216,71	1415,74	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1430	52,13	37,93	216,71	1415,74	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1430	52,13	37,93	216,71	1415,74	

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ "Чайка"
Мамаева О.В. (подпись)
17.03.2017 (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 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
	Каша перловая рассыпчатая	130	3,69	3,22	26,17	148,6	319
	Соус белый	20	0,46	0,05	2,60	12,82	346
	ИТОГО ЗА ОБЕД		670	28,34	13,96	91,88	607,65
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
	Яйцо отварное	50	6,35	5,75	0,35	78,75	213
	Печенье	50	3,75	5,90	37,45	208,55	705
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		480	22,14	22,30	85,76	623,19	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1680	62,21	43,28	250,54	1642,23	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1680	62,21	43,28	250,54	1642,23	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1680	62,21	43,28	250,54	1642,23	