



Земляк Е.А

01.08.2024

УТВЕРЖДАЮ

Мед сестра

Теплякова Ю.В

01.08.2024

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детский сад

Повар: Черняева В.В

Возрастная
категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 13 (понедельник)							
ЗАВТРАК	Каша Пшенная молочная вязкая	150	5,70	6,30	23,45	169,54	1
	Печенье "Нарезное"	30	2,01	2,27	21,62	114,9	451
	Чай с молоком сгущенным	150	2,82	2,85	3,48	51,47	1.1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		330	10,53	11,42	48,55	335,91	
ЗАВТРАК 2	Сок Апельсиновый	100	0,00	0,00	11,00	45	390
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,00	0,00	11,00	45	
ОБЕД	Суп картофельный со щавелем	150	5,18	5,71	9,87	112,17	100
	Рыба (горбуша)запеченная с морковью	50	7,29	4,95	1,77	80,99	253
	Рис отварной	110	2,67	3,94	40,92	135,52	304
	Салат "Случ"	30	0,23	3,80	1,40	40,46	1,6
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,12	0,00	15,91	60,65	349
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	0,90	44,76	Н
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	45,98	Н
ИТОГО ЗА ОБЕД		530	18,19	18,82	71,25	520,53	
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	170	4,76	5,44	7,99	98,6	385
	Гренки	30	3,74	0,47	25,83	110,4	1
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	8,50	5,91	33,82	209	
УЖИН	Макаронник с мясом	130	18,39	14,22	24,86	300,72	285
	Чай с лимоном	150	0,11	0,00	9,89	39,21	377
	Груша	95	0,38	0,29	9,79	44,65	1,3
ИТОГО ЗА УЖИН		375	18,88	14,51	44,54	384,58	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1535	56,10	50,66	209,16	1495,02	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1535	56,10	50,66	209,16	1495,02	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1535	56,10	50,66	209,16	1495,02	