



УТВЕРЖДАЮ

Мед. сестра
Теплякова Ю.В.
02.08.2024

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 13 (понедельник)							
ЗАВТРАК	Суп молочный гречневый	180	7,61	9,22	22,43	204,23	1
	Бутерброд из ржаного хлеба с маслом сливочным	50	3,32	5,69	17,85	101,65	1
	Какао с молоком сгущенным	170	3,11	2,21	17,34	103,36	383
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	14,04	17,12	57,62	409,24	
ЗАВТРАК 2	Сок яблочный	100	0,00	0,00	11,50	46	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,00	0,00	11,50	46	
ОБЕД	Борщ с фасолью со сметаной	200	7,78	3,92	13,58	121,84	29
	Птица или кролик отварные (с соусом)	70	10,61	12,96	1,75	166,25	288
	Пюре картофельное	130	2,65	2,63	13,82	117,13	312
	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,57	1,84	4,23	42,36	24
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,14	0,00	19,10	72,77	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		680	24,45	21,77	53,86	611,09	
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	220	6,16	7,04	10,34	127,6	385
	Вафли	30	1,65	6,90	23,10	144	5
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	7,81	13,94	33,44	271,6	
УЖИН	Салат "Сказка"	160	17,28	19,84	46,51	363,36	1,3
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	45,98	Н
	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	13,18	52,28	377
	Груша	100	0,40	0,30	10,30	47	1,3
ИТОГО ЗА УЖИН		480	18,94	20,36	70,47	508,62	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1910	65,24	73,19	226,89	1846,55	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1910	65,24	73,19	226,89	1846,55	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1910	65,24	73,19	226,89	1846,55	

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	Суп молочный гречневый	150	6,35	7,68	18,69	170,19	1
	Бутерброд из ржаного хлеба с маслом сливочным	30	1,99	3,41	10,71	60,99	1
	Какао с молоком сгущенным	160	3,20	0,56	4,30	35,38	383
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		340	11,54	11,65	33,70	266,56	
ЗАВТРАК 2	Сок яблочный	100	0,00	0,00	11,50	46	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,00	0,00	11,50	46	
ОБЕД	Борщ с фасолью со сметаной	150	5,84	2,94	10,18	91,38	29
	Птица или кролик отварные (с соусом)	50	7,58	9,26	1,25	118,75	288
	Пюре картофельное	100	2,04	2,02	10,63	90,1	312
	Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0,28	0,92	2,12	21,18	24
	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		520	18,56	15,56	41,47	472,8	
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	170	4,76	5,44	7,99	98,6	385
	Вафли	30	1,65	6,90	23,10	144	5
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	6,41	12,34	31,09	242,6	
УЖИН	Салат "Сказка"	130	14,04	16,12	37,79	295,23	1,3
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	45,98	Н
	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		395	15,65	16,63	57,95	425,07	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1555	52,16	56,18	175,71	1453,03	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1555	52,16	56,18	175,71	1453,03	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1555	52,16	56,18	175,71	1453,03	