

СОГЛАСОВАНО

Мед. сестра
Теплякова Ю.В
05.09.2024

Заведующий НРМДОБУ "ДС "БУРАТИНО"
Скляренко Г.Н
05.09.2024



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 19 (четверг)							
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	200	8,56	5,86	31,10	232,76	120
	Кофейный напиток с молоком сгущенным	180	2,65	1,78	18,83	102,06	380
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	45,98	H
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	12,33	7,86	50,41	380,8	
ЗАВТРАК 2	Яблоко	100	0,20	0,20	10,80	47	1,6
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,20	0,20	10,80	47	
ОБЕД	Свекольник	180	5,45	6,86	11,72	130,46	83
	Рыба (минтай)) запеченная с морковью	70	8,23	4,54	2,48	84,22	253
	Рис с овощами	130	3,74	5,03	26,92	169,01	2,2
	Салат из белокочанной капусты с яблоками	60	0,07	1,81	9,04	54,06	46
	Компот из свежих груш	180	0,16	0,13	25,63	100,48	1,3
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	1,35	67,14	H
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	45,98	H
ИТОГО ЗА ОБЕД		670	21,14	18,89	77,62	651,35	
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	Овощное рагу с говядиной	230	12,19	7,57	17,02	186,12	2,1
	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,57	1,84	4,23	42,36	24
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	45,98	H
	Чай с лимоном	180	0,13	0,00	11,86	47,05	377
	Оладьи (с молоком сгущенным)	30	2,29	2,20	12,81	80,12	401
	Плоды или ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	338
ИТОГО ЗА УЖИН		620	16,70	12,23	56,20	448,63	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2040	58,18	53,12	228,47	1799,38	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2040	58,18	53,12	228,47	1799,38	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2040	58,18	53,12	228,47	1799,38	

Повар: Черняева В.В

Возрастная
категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 24 (суббота)							
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	140	5,99	4,10	21,77	162,93	120
	Кофейный напиток с молоком сгущенным	160	2,35	1,58	16,74	90,72	380
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	45,98	Н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		320	9,46	5,90	38,99	299,63	
ЗАВТРАК 2	Яблоко	100	0,20	0,20	10,80	47	1,6
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,20	0,20	10,80	47	
ОБЕД	Свекольник	150	4,54	5,71	9,77	108,72	83
	Рыба (минтай)) запеченная с морковью	60	7,06	3,89	2,12	72,19	253
	Рис с овощами	100	2,88	3,87	20,71	130,01	2,2
	Салат из белокочанной капусты с яблоками	30	0,04	0,90	4,52	27,03	46
	Компот из свежих груш	150	0,14	0,11	21,36	83,73	1,3
	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	17,36	14,90	59,86	512,42	
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	Овощное рагу с говядиной	130	6,89	4,28	9,62	105,2	2,1
	Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0,28	0,92	2,12	21,18	24
	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
	Оладьи (с молоком сгущенным)	30	2,29	2,20	12,81	80,12	401
	Плоды или ягоды свежие	95	0,38	0,38	9,31	44,65	338
ИТОГО ЗА УЖИН		455	11,07	8,00	44,23	336,34	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1605	44,50	41,34	184,97	1437,99	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1605	44,50	41,34	184,97	1437,99	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1605	44,50	41,34	184,97	1437,99	