

СОГЛАСОВАНО

Мед. сестра

Теплякова Ю.В.

12.08.2024

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий НРМОБУ Д/С "БУРАТИНО"

Скляренко Г.Н.

12.08.2024

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	Омлет натуральный	130	11,75	14,85	2,99	192,97	210
	Какао с молоком сгущенным	170	3,11	2,21	17,34	103,36	383
	Бутерброд из ржаного хлеба с маслом сливочным	50	3,32	5,69	17,85	101,65	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	18,18	22,75	38,18	397,98	
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 с бобовыми	180	9,61	8,55	18,94	191,36	102
	Капуста тушеная с мясом	220	14,43	20,55	15,22	304,83	139.1
	Салат из моркови и яблок с яйцом	50	0,87	0,56	6,12	33,05	65
	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
ИТОГО ЗА ОБЕД		650	26,63	29,86	60,28	646,77	
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	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,55	7,30	24,74	186,71	302
	Бефстроганов	50	7,60	11,55	2,56	145	250
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	45,98	Н
	Чай с лимоном	180	0,13	0,00	11,86	47,05	377
	Плоды или ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	338
ИТОГО ЗА УЖИН		450	14,80	19,47	49,44	471,74	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1800	67,42	86,02	192,34	1833,09	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1800	67,42	86,02	192,34	1833,09	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1800	67,42	86,02	192,34	1833,09	

Повар: Черняева В.В

Возрастная
категория:

Если

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 13 (понедельник)							
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	120	10,85	13,70	2,76	178,13	210
	Какао с молоком сгущенным	150	2,75	1,95	15,30	91,2	383
	Бутерброд из ржаного хлеба с маслом сливочным	30	1,99	3,41	10,71	60,99	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		300	15,59	19,06	28,77	330,32	
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 с бобовыми	150	8,01	7,12	15,78	159,46	102
	Капуста тушеная с мясом	150	9,84	14,01	10,38	207,84	139.1
	Салат из моркови и яблок с яйцом	30	0,52	0,34	3,68	19,83	65
	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
ИТОГО ЗА ОБЕД		500	20,07	21,67	46,65	492,54	
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	Каша гречневая рассыпчатая	90	5,00	6,57	22,27	168,04	302
	Бефстроганов	40	6,08	9,24	2,05	116	250
	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
	Плоды или ягоды свежие	95	0,38	0,38	9,31	44,65	338
ИТОГО ЗА УЖИН		395	12,69	16,41	44,00	413,88	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1495	54,76	69,48	161,51	1524,34	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1495	54,76	69,48	161,51	1524,34	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1495	54,76	69,48	161,51	1524,34	