

СОГЛАСОВАНО

Мед. сестра

Теплякова Ю.В

19.08.2024

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий НРМДОБУ "ДС" БУРАТИНО

Скляренко Е.Н

19.08.2024

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 манный	180	6,25	7,92	24,95	195,79	1
	Бутерброд из ржаного хлеба с маслом сливочным	50	3,32	5,69	17,85	101,65	1
	Чай с молоком сгущенным	200	3,76	3,80	4,64	68,62	1.1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		430	13,33	17,41	47,44	366,06	
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	Уха рыбацкая	200	11,62	5,32	10,64	136,84	1
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	4,73	5,02	26,39	169,62	203
	Гуляш	70	10,97	7,18	1,54	114,77	260
	Салат из белокочанной капусты с яблоками	60	0,07	1,81	9,04	54,06	46
	Компот из брусники (замороженной)	180	0,25	0,18	24,52	98,42	1
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	0,90	44,76	Н
ИТОГО ЗА ОБЕД		660	29,22	19,71	73,03	618,47	
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	Картофель запеченный (из сырого)	180	4,95	17,12	39,65	332,64	314
	Салат "Чайка"	30	4,56	7,37	3,53	98,55	1,8
	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
	Фрукты или ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	338
ИТОГО ЗА УЖИН		510	11,16	25,11	65,32	571,22	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1950	61,52	76,17	230,73	1873,35	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1950	61,52	76,17	230,73	1873,35	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1950	61,52	76,17	230,73	1873,35	

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 манный	150	5,21	6,60	20,79	163,15	1
	Бутерброд из ржаного хлеба с маслом сливочным	30	1,99	3,41	10,71	60,99	1
	Чай с молоком сгущенным	150	2,82	2,85	3,48	51,47	1.1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		330	10,02	12,86	34,98	275,61	
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	Уха рыбацкая	150	8,71	3,99	7,98	102,63	1
	Макаронные изделия отварные с маслом	90	3,28	3,47	18,27	117,43	203
	Гуляш	40	6,27	4,10	0,88	65,58	260
	Салат из белокочанной капусты с яблоками	30	0,04	0,90	4,52	27,03	46
	Компот из брусники (замороженной)	150	0,21	0,15	20,43	82,02	1
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	0,90	44,76	Н
ИТОГО ЗА ОБЕД		480	20,09	12,81	52,98	439,45	
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	Картофель запеченый (из сырого)	150	4,12	14,27	33,05	277,2	314
	Салат "Чайка"	30	4,56	7,37	3,53	98,55	1,8
	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
	Фрукты или ягоды свежие	95	0,38	0,38	9,31	44,65	338
ИТОГО ЗА УЖИН		445	10,29	22,24	56,26	505,59	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1555	46,81	60,25	186,81	1509,25	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1555	46,81	60,25	186,81	1509,25	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1555	46,81	60,25	186,81	1509,25	