

СОГЛАСОВАНО

Мед. сестра

Телякова Ю.В.

28.08.2024

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ЦД "БУРАТИНО"

Скляренко Г.Н.

28.08.2024

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
категория: Детский сад

Прием пищи		Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
День 24 (суббота)								
ЗАВТРАК		Каша "Дружба"	170	6,27	7,45	25,94	197,08	5
		Бутерброд с сыром	40	4,66	6,19	11,88	122,72	3
		Какао с молоком сгущенным	180	3,60	0,63	4,84	39,8	383
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			390	14,53	14,27	42,66	359,6	
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	390
ОБЕД		Суп картофельный с крутой гречневой	200	6,38	5,24	14,74	132,64	101
		Голубцы с мясом и рисом	200	12,44	10,42	20,82	226,58	287
		Салат из свежих помидоров	50	0,54	2,05	2,72	36,4	23
		Компот из кураги и изюма	180	1,46	0,16	39,02	157,52	1,2
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	1,35	67,14	Н
		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	45,98	Н
ИТОГО ЗА ОБЕД			680	24,31	18,39	79,13	666,26	
ПОЛДНИК		Йогурт "Агуша"	220	6,38	5,94	22,88	171,6	1,1
		Ватрушка с творогом	40	4,19	4,36	13,24	114,92	136
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК			260	10,57	10,30	36,12	286,52	
УЖИН		Картофельные котлеты, запеченные под соусом сметанным с луком	120	6,07	16,93	27,30	315	160
		Салат из свежих огурцов	60	0,45	2,41	2,61	39,96	20
		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			460	7,05	19,74	51,57	449,01	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1890	56,46	62,70	220,48	1806,39	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			1890	56,46	62,70	220,48	1806,39	
			1890	56,46	62,70	220,48	1806,39	

Повар: Черняева В.В

Повар: Черняева В.В.

Возрастная

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 24 (суббота)						173,9	5
ЗАВТРАК	Каша "Дружба"	150	5,54	6,57	22,89	92,04	3
	Бутерброд с сыром	30	3,49	4,64	8,91	35,38	383
	Какао с молоком сгущенным	160	3,20	0,56	4,30	301,32	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		340	12,23	11,77	36,10	45	390
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		100	0,00	0,00	11,00	45	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,00	0,00	11,00	99,48	101
ОБЕД	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2	150	4,79	3,93	11,05	124,62	287
	Суп картофельный с крупой гречневой	110	6,84	5,73	11,45	21,84	23
	Голубцы с мясом и рисом	30	0,32	1,23	1,63	131,27	1,2
	Салат из свежих помидоров	150	1,22	0,14	32,52	44,76	Н
	Компот из кураги и изюма	20	1,58	0,20	0,90	45,98	Н
	Хлеб пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	467,95	
	Хлеб ржано-пшеничный	480	15,87	11,45	58,03	132,6	1,1
ИТОГО ЗА ОБЕД		170	4,93	4,59	17,68	86,19	136
ПОЛДНИК	Йогурт "Агуша"	30	3,14	3,27	9,93	218,79	
	Ватрушка с творогом	200	8,07	7,86	27,61		
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК							
УЖИН	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	120	6,07	16,93	27,30	315	160
	Картофельные котлеты, запеченные под соусом сметанным с луком	30	0,22	1,21	1,30	19,98	20
	Салат из свежих огурцов	150	0,11	0,00	9,89	39,21	377
	Чай с лимоном	95	0,38	0,38	9,31	44,65	338
	Плоды или ягоды свежие	395	6,78	18,52	47,80	418,84	
ИТОГО ЗА УЖИН		1515	42,95	49,60	180,54	1451,9	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1515	42,95	49,60	180,54	1451,9	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1515	42,95	49,60	180,54	1451,9	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:							