

СОГЛАСОВАНО

Мед. сестра
Теллякова Ю.В
09.09.2024

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий НРМДОВУДС "БУРАТИНО"
Скляренко Г.Н
09.09.2024

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
День 1 (понедельник)							
ЗАВТРАК	Суп молочный манный	190	6,59	8,36	26,33	206,66	1
	Бутерброд из ржаного хлеба с маслом сливочным	30	1,99	3,41	10,71	60,99	1
	Какао с молоком сгущенным	180	3,29	2,34	18,36	109,44	383
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	11,87	14,11	55,40	377,09	
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
	Гуляш из отварной говядины	80	13,34	8,18	1,68	133,79	246
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	4,73	5,02	26,39	169,62	203
	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,57	1,84	4,23	42,36	24
	Компот из свежих яблок	180	0,16	0,16	16,45	60,12	11
	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		700	33,91	21,04	61,22	655,85	
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	220	6,16	7,04	10,34	127,6	385
	Печенье сахарное	35	2,62	4,55	24,15	150,5	Н
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		255	8,78	11,59	34,49	278,1	
УЖИН	Картофель запеченый (из сырого)	160	4,40	15,22	35,25	295,68	314
	Салат из соевых отруцов с луком	30	0,25	1,51	0,55	16,8	21
	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		490	6,30	17,35	57,94	452,51	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1945	60,86	64,09	220,55	1809,55	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1945	60,86	64,09	220,55	1809,55	
РЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1945	60,86	64,09	220,55	1809,55	

Повар: Черняева В.В

Возрастная
категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 24 (суббота)							
ЗАВТРАК	Суп молочный манный	130	4,51	5,72	18,02	141,4	1
	Бутерброд из ржаного хлеба с маслом сливочным	30	1,99	3,41	10,71	60,99	1
	Какао с молоком сгущенным	180	3,29	2,34	18,36	109,44	383
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	340	9,79	11,47	47,09	311,83	
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
	Гуляш из отварной говядины	50	8,34	5,11	1,05	83,62	246
	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,00	4,25	22,33	143,53	203
	Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0,28	0,92	2,12	21,18	24
	Компот из свежих яблок	150	0,14	0,14	13,71	50,1	1.1
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	0,90	44,76	H
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	45,98	H
	ИТОГО ЗА ОБЕД	530	24,17	14,83	48,57	491,8	
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	170	4,76	5,44	7,99	98,6	385
	Печенье сахарное	30	2,25	3,90	20,70	129	H
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	7,01	9,34	28,69	227,6	
УЖИН	Картофель запеченный (из сырого)	110	3,02	10,46	24,23	203,28	314
	Салат из соленых огурцов с луком	25	0,21	1,26	0,46	14	21
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	45,98	H
	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		400	4,84	12,32	44,37	347,12	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1570	45,81	47,96	180,22	1424,35	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1570	45,81	47,96	180,22	1424,35	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:							