

СОГЛАСОВАНО

Мед.сестра

Теплякова Ю.В.

28.10.2024г

УТВЕРЖДАЮ

И.О.Заведующий "НРМДОБУ" д/с "Буратино"

Земляк Е.А.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
я Детский сад
категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 19 (понедельник)							
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	190	8,13	5,57	29,55	221,12	120
	Бутерброд из ржаного хлеба с маслом сливочным	30	1,99	3,41	10,71	60,99	1
	Чай с молоком сгущенным	185	3,48	3,51	4,29	63,47	1.1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		405	13,60	12,49	44,55	345,58	
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 мясными фрикадельками	180	5,89	6,07	11,95	126,27	104
	Гуляш	70	10,97	7,18	1,54	114,77	260
	Рис отварной	120	2,92	4,30	44,64	147,84	304
	Салат из свеклы с сыром и чесноком	60	0,75	3,05	4,37	47,83	50
	Компот из брусники (замороженной)	180	0,25	0,18	24,52	98,42	1
	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		660	24,27	21,30	88,85	648,25
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	210	5,88	6,72	9,87	121,8	385
	Печенье овсяное с изюмом	35	2,58	5,87	23,74	156,38	2
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		245	8,46	12,59	33,61	278,18	
УЖИН	Картофель, тушеный с луком	230	4,81	16,22	32,36	299	145
	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
	Плоды или ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	338
	Салат из соленых огурцов с луком	30	0,25	1,51	0,55	16,8	21
ИТОГО ЗА УЖИН		560	6,71	18,35	55,05	455,83	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1970	53,04	64,73	233,06	1772,84	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1970	53,04	64,73	233,06	1772,84	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1970	53,04	64,73	233,06	1772,84	

Повар: Ахмадуллина Н.С.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
я Ясли
категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 19 (понедельник)							
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	150	6,42	4,40	23,33	174,57	120
	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	11,23	10,66	37,52	287,03	
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 мясными фрикадельками	140	4,58	4,72	9,30	98,21	104
	Гуляш	40	6,27	4,10	0,88	65,58	260
	Рис отварной	90	2,19	3,22	33,48	110,88	304
	Салат из свеклы с сыром и чесноком	30	0,38	1,52	2,18	23,92	50
	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
	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,84	0,17	0,36	34,48	Н
ИТОГО ЗА ОБЕД		485	16,05	14,08	67,53	459,85	
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	170	4,76	5,44	7,99	98,6	385
	Печенье овсяное с изюмом	30	2,21	5,03	20,35	134,04	2
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	6,97	10,47	28,34	232,64	
УЖИН	Картофель, тушеный с луком	170	3,55	11,99	23,92	221	145
	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,84	0,17	0,36	34,48	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
	Салат из соленых огурцов с луком	25	0,21	1,26	0,46	14	21
ИТОГО ЗА УЖИН		455	5,09	13,80	43,94	353,34	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1570	39,34	49,01	188,33	1377,86	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1570	39,34	49,01	188,33	1377,86	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1570	39,34	49,01	188,33	1377,86	