

Заведующий МБДОУ "Улыбка"

Афанасьева О.В.

19.06.2023

УТВЕРЖДАЮ

(должность)

(ФИО)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
я Ясли
категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6							
ЗАВТРАК	Каша манная вязкая на цельном молоке/Замена						
	каша на сухом молоке	150	4,14	4,62	20,57	140,38	256
	Бутерброд с повидлом	40	2,37	0,30	14,49	64,08	101
	Чай со сгущенным молоком	180	4,09	4,19	8,68	87,75	503
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		370	10,60	9,11	43,74	292,21	
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый	100	0,41	0,08	13,10	55	537
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,41	0,08	13,10	55	
ОБЕД	Борщ из свежей капусты на мясокостном бульоне со сметаной	150	3,32	6,00	10,20	108,23	133
	Зразы из говядины с яйцом и луком	60	10,67	9,86	4,84	149,53	381 1
	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,81	2,73	29,48	161,44	297
	Соус красный основной	15	0,21	0,74	1,31	12,81	457
	Компот из свежих ягод	180	0,09	0,02	6,53	26,68	526
	Хлеб пшеничный йодированный	10	0,79	0,10	4,83	21,36	115
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,54	40,2	116
	ИТОГО ЗА ОБЕД	545	21,43	19,73	64,73	520,25	
ПОЛДНИК	"Крендель сахарный"	50	4,91	4,70	31,78	191,17	659
	Снежок/Замена на чай с сахаром	150	4,50	9,00	6,15	133,5	535
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	9,41	13,70	37,93	324,67	
УЖИН	Суп "Харчо" на мясокостном бульоне со сметаной	180	4,54	6,01	14,62	130,73	168
	Компот из изюма	180	0,22	0,04	10,13	43,67	526
	Хлеб пшеничный йодированный(ужин)	20	1,58	0,20	9,66	42,72	114
	Хлеб ржано-пшеничный (ужин)	20	1,54	0,28	7,54	40,2	116
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	7,88	6,53	41,95	257,32	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1615	49,73	49,15	201,45	1449,45	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
я Детский сад
категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6							
ЗАВТРАК	Каша манная вязкая на цельном молоке/Замена						
	каша на сухом молоке	200	5,52	6,16	27,42	187,18	256
	Бутерброд с повидлом	55	3,26	0,41	19,92	88,11	101
	Чай со сгущенным молоком	200	4,54	4,66	9,64	97,5	503
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		455	13,32	11,23	56,98	372,79	
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый	100	0,41	0,08	13,10	55	537
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,41	0,08	13,10	55	
ОБЕД	Борщ из свежей капусты на мясокостном бульоне со сметаной	200	4,42	8,00	13,60	144,3	133
	Зразы из говядины с яйцом и луком	70	12,45	11,51	5,64	174,45	381 1
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,68	3,22	34,84	190,79	297
	Соус красный основной	20	0,28	0,99	1,74	17,09	457
	Компот из свежих ягод	200	0,10	0,02	7,26	29,64	526
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	115
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,54	40,2	116
	ИТОГО ЗА ОБЕД	660	26,05	24,22	80,28	639,19	
ПОЛДНИК	"Крендель сахарный"	60	5,89	5,63	38,14	229,4	659
	Снежок/Замена на чай с сахаром	200	6,00	12,00	8,20	178	535
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		260	11,89	17,63	46,34	407,4	
УЖИН	Суп "Харчо" на мясокостном бульоне со сметаной	200	5,04	6,68	16,24	145,26	168
	Компот из изюма	200	0,24	0,04	11,26	48,52	526
	Хлеб ржано-пшеничный (ужин)	30	2,31	0,42	11,31	60,3	116
	Хлеб пшеничный йодированный(ужин)	20	1,58	0,20	9,66	42,72	114
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	9,17	7,34	48,47	296,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1925	60,84	60,50	245,17	1771,18	