

Заведующий МБДОУ «Ульяновский детский сад № 1»
Афанасьева О.В. (подпись)
23.06.2023 (ФИО)
(дата)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:
я Если

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 10							
ЗАВТРАК	Каша рисово-кукурузная на цельном молоке/Замена на сухом	150	4,02	4,62	21,06	141,67	255
	Бутерброд с маслом	35	2,46	3,11	14,78	90,84	83
	Какао-напиток на цельном молоке/Замена на сухом молоке	180	4,61	3,87	13,55	107,32	508
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	365	11,09	11,60	49,39	339,83	
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	Суп рассольник на мясокостном бульоне со сметаной	150	1,69	3,90	11,51	88,11	156
	Тефтели рыбные/Замена на котлеты куриные	50	7,66	2,46	4,11	69,11	355
	Овощной гарнир	110	2,41	3,32	12,41	90,03	201
	Соус красный основной	15	0,21	0,74	1,31	12,81	457
	Компот из сухофруктов	180	0,02	0,00	7,33	28,57	527
	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	535	14,32	10,80	49,04	350,19	
ПОЛДНИК	Вареники ленивые/Замена на печенье	60	10,78	8,11	35,23	259,67	331
	Чай с лимоном, с сахаром	180	0,04	0,00	5,54	22,59	504
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		240	10,82	8,11	40,77	282,26	
УЖИН	Суп с клецками на мясокостном бульоне со сметаной	180	5,36	8,06	16,87	162,45	151
	Компот из изюма	180	0,22	0,04	10,13	43,67	526
	Хлеб ржано-пшеничный (ужин)	20	1,54	0,28	7,54	40,2	116
	Хлеб пшеничный йодированный(ужин)	20	1,58	0,20	9,66	42,72	114
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	8,70	8,58	44,20	289,04	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1640	45,34	39,17	196,50	1316,32	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:
я Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 10							
ЗАВТРАК	Каша рисово-кукурузная на цельном молоке/Замена на сухом	200	5,36	6,16	28,08	188,9	255
	Бутерброд с маслом	46	3,23	4,09	19,43	119,39	83
	Какао-напиток на цельном молоке/Замена на сухом молоке	200	5,12	4,30	15,06	119,24	508
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		446	13,71	14,55	62,57	427,53	
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	Суп рассольник на мясокостном бульоне со сметаной	200	2,26	5,20	15,34	117,48	156
	Тефтели рыбные/Замена на котлеты куриные	70	10,72	3,45	5,76	96,75	355
	Овощной гарнир	130	2,85	3,93	14,66	106,4	201
	Соус красный основной	20	0,28	0,99	1,74	17,09	457
	Компот из сухофруктов	200	0,02	0,00	8,14	31,74	527
	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	19,25	14,05	62,84	452,38	
ПОЛДНИК	Вареники ленивые/Замена на печенье	70	12,57	9,46	41,10	302,95	331
	Чай с лимоном, с сахаром	200	0,04	0,00	6,16	25,1	504
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		270	12,61	9,46	47,26	328,05	
УЖИН	Суп с клецками на мясокостном бульоне со сметаной	200	5,96	8,96	18,74	180,5	151
	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	10,09	9,62	50,97	332,04	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1926	56,07	47,76	236,74	1595	