



УТВЕРЖДАЮ
(должность)
(ФИО)
(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: ЯСЛИ 1-3

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4							
ЗАВТРАК	Каша кукурузная молочная жидкая	150	4,20	4,65	21,33	157,5	233
	Бутерброды с маслом и повидлом	43	2,52	3,71	15,17	111,89	73
	Чай со сгущенным молоком	180	2,30	2,32	6,12	46,8	471
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		373	9,02	10,68	42,62	316,19	
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый	130	0,00	0,00	15,60	62,4	501
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		130	0,00	0,00	15,60	62,4	
ОБЕД	Овощи консервированные (кукуруза)	40	0,88	0,16	4,48	23,2	157/1
	Бульон из кур	150	5,25	5,70	1,15	82,5	87
	Котлеты "Нежные"	50	10,28	4,83	2,72	91,08	373
	Каша гречневая рассыпчатая	110	4,61	3,04	20,70	139,79	202
	Соус томатный с овощами	15	0,28	0,57	1,82	13,62	420
	Кисель из ягод свежих	180	0,13	0,58	11,09	50,44	479
	Хлеб пшеничный йодированный	10	0,79	0,10	4,83	21,36	573
	Гренки из ржано-пшеничного хлеба	20	1,55	0,28	7,60	40,5	143
ИТОГО ЗА ОБЕД		575	23,77	15,26	54,39	462,49	
ПОЛДНИК	Сдоба обыкновенная	50	3,97	3,82	25,59	154,24	545
	Чай с молоком	160	1,17	0,99	6,69	39,92	460
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		210	5,14	4,81	32,28	194,16	
УЖИН	Плов из отварной птицы	160	10,67	6,80	37,30	208	375
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,04	0,00	7,65	51,79	495
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	573/1
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,54	40,2	575/2
	Мармелад	20	0,02	0,00	15,88	64,2	581
ИТОГО ЗА УЖИН		400	13,85	7,28	78,23	406,91	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1688	51,78	38,03	223,12	1442,15	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: ДЕТСКИЙ САД 3-7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4							
ЗАВТРАК	Каша кукурузная молочная жидкая	200	5,60	6,20	28,44	210	233
	Бутерброды с маслом и повидлом	55	3,22	4,75	19,40	143,12	73
	Чай со сгущенным молоком	200	2,56	2,58	6,80	52	471
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		455	11,38	13,53	54,64	405,12	
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый	150	0,00	0,00	18,00	72	501
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	0,00	0,00	18,00	72	
ОБЕД	Овощи консервированные (кукуруза)	60	1,32	0,24	6,72	34,8	157/1
	Бульон из кур	200	7,00	7,60	1,54	110	87
	Котлеты "Нежные"	70	14,40	6,76	3,81	127,51	373
	Каша гречневая рассыпчатая	130	5,45	3,59	24,47	165,2	202
	Соус томатный с овощами	20	0,37	0,76	2,42	18,16	420
	Кисель из ягод свежих	200	0,14	0,64	12,32	56,04	479
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	573
	Гренки из ржано-пшеничного хлеба	20	1,55	0,28	7,60	40,5	143
ИТОГО ЗА ОБЕД		720	31,81	20,07	68,54	594,93	
ПОЛДНИК	Сдоба обыкновенная	70	5,56	5,35	35,83	215,93	545
	Чай с молоком	180	1,31	1,12	7,52	44,91	460
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	6,87	6,47	43,35	260,84	
УЖИН	Плов из отварной птицы	180	12,01	7,65	41,96	234	375
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	8,72	57,54	495
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	573/1
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,31	0,42	11,31	60,3	575/2
	Мармелад	20	0,02	0,00	15,88	64,2	581
ИТОГО ЗА УЖИН		450	15,96	8,27	87,53	458,76	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2025	66,02	48,34	272,06	1791,65	