



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: ЯСЛИ 1-3

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 3							
ЗАВТРАК	Каша "Дружба"/Замена на сухом молоке	150	4,73	4,90	23,82	158,12	229
	Бутерброд с сыром/Замена на бутерброд с повидлом	40	4,70	2,69	14,23	94,13	63
	Какао с молоком/Замена на чай с сахаром	170	3,37	2,80	11,20	83,33	462
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	360	12,80	10,39	49,25	335,58	
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	Щи из свежей капусты	180	5,62	6,57	11,59	136,73	145
	Котлеты из говядины	50	8,64	7,77	5,50	142,23	339
	Каша перловая рассыпчатая	110	3,49	2,24	24,94	134	207
	Соус томатный	15	0,20	1,74	1,30	21,74	419
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,02	0,00	7,60	29,57	495
	Хлеб пшеничный йодированный	10	0,79	0,10	4,83	21,36	573
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,54	40,2	575
	ИТОГО ЗА ОБЕД	565	20,30	18,70	63,30	525,83	
ПОЛДНИК	Вафли	50	1,75	13,50	33,50	235	580
	Чай с лимоном	180	0,04	0,00	5,54	22,59	459
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		230	1,79	13,50	39,04	257,59	
УЖИН	Свекольник	150	3,13	5,09	11,57	108,03	98
	Компот из плодов и ягод сушеных (чернослив)	180	0,31	0,07	12,51	49,59	494
	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
ИТОГО ЗА УЖИН		370	6,56	5,64	41,28	240,54	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1655	41,45	48,23	208,47	1421,94	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: ДЕТСКИЙ САД 3-7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 3							
ЗАВТРАК	Каша "Дружба"/Замена на сухом молоке	200	6,30	6,54	31,76	210,82	229
	Бутерброд с сыром/Замена на бутерброд с повидлом	60	7,04	4,04	21,35	141,19	63
	Какао с молоком/Замена на чай с сахаром	180	3,56	2,97	11,86	88,24	462
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		440	16,90	13,55	64,97	440,25	
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	Щи из свежей капусты	200	6,24	7,30	12,88	151,92	145
	Котлеты из говядины	70	12,09	10,88	7,70	199,12	339
	Каша перловая рассыпчатая	130	4,12	2,65	29,47	158,37	207
	Соус томатный	20	0,27	2,32	1,74	28,99	419
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,02	0,00	8,44	32,86	495
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	573
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,54	40,2	575
ИТОГО ЗА ОБЕД		660	25,86	23,63	77,43	654,18	
ПОЛДНИК	Вафли	50	1,75	13,50	33,50	235	580
	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	6,16	25,1	459
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	1,79	13,50	39,66	260,1	
УЖИН	Свекольник	200	4,18	6,78	15,42	144,04	98
	Компот из плодов и ягод сушеных (чернослив)	200	0,34	0,08	13,90	55,1	494
	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
		450	8,41	7,48	50,29	302,16	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1950	52,96	58,16	250,35	1728,69	