

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДБООУ "Детский сад №3"
Мигулин А.А.

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
16 февраля 2024г.
2 недели 10 день

Прием пищи	Наименование блюда	вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
		ясли вес в гр.	сад вес в гр.	Белки		Жиры		Углеводы		ясли вес в гр.	сад вес в гр.	
				ясли вес в гр.	сад вес в гр.	ясли вес в гр.	сад вес в гр.	ясли вес в гр.	сад вес в гр.			
ЗАВТРАК	Пряник	20	30	1,2	1,8	0,9	1,4	9	12,2	59,3	74,3	79
	Каша Дружба	150	200	5,4	5,2	5,5	8	20,6	22,8	140	177,7	190
	Чай смолоком	180	200	2,2	2,4	1,8	2	8,6	9,5	59,7	66,5	378
	Батон или хлеб Пшеничный	20	20	1,5	1,5	0,1	0,1	9,7	9,7	46	46	114
Итого за завтрак				10,3	10,9	8,3	11,5	47,9	54,2	305	364,5	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Яблоко	95	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,3	9,8	42,2	44,3	10
Итого за второй завтрак												
ОБЕД												
	Суп фасолевый	150	180	5,3	6,1	2,8	3	8,5	81,1	81,1	140,1	150
	Гуляш из говядины	60	70	4,9	9,2	6,2	11,1	2,1	9,5	90	171	246/373
	Макароны отварные с овощами	110	150	0,8	1	5,2	7,2	16,2	17,8	62,6	145,1	300
	Компот из смеси сухофруктов		180		0	0	0		9,3		37,2	527
	Хлеб Пшеничный	20	30	1,5	2,2	0,1	0,2	9,7	14,6	46	68,9	114
	Хлеб Особый	20	30	1,3	2	0,2	0,3	8,5	12,7	40,8	61,2	115
	Салат из свеклы с зеленым горошком	40	50	0,6	0,8	1,6	2	3,3	9	30,8	48,5	53
	сок персиковый	150		0,5	0			17,1		98,9		537
Итого за обед				14,9	21,3	16,1	23,8	65,4	93,1	450,2	672	
ПОЛДНИК												
	Суфле из печени	50	70	4	5,3	8,7	6,3	11,6	3,1	158	105,4	
	Салат из капусты с зеленым горошком	30	50	0,6	1	1,5	2,5	1,7	2,7	23,2	38,7	
	Хлеб Особый	20	20	1,3	1,3	0,2	0,2	8,5	8,5	40,8	40,8	115
	сок персиковый		180		0,5		0		24,4		85,1	537
	Компот из смеси сухофруктов	150		0	0			7,8		30,9		527
Итого за полдник				5,9	8,1	10,4	9	29,6	38,7	252,9	270	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				31,5	40,7	35,2	44,7	152,2	195,8	1050,3	1350,8	

Медицинская сестра

Шеуренко Л.И.







