

МЕНЮ
на 01.09.2022
ДЕТСКИЙ САД (3-8) 2021

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность					Витамины и минералы, мг					Стоимость
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	B1	B2	C	Fe	Ca		
ЗАВТРАК												
Каша "Дружба"	200	5,26	11,66	25,06	226,20	0,000	0,000	1,320	0,000	0,000	0,000	10,01
Яйца вареные	20	2,55	2,30	0,15	31,50	0,016	0,090	0,000	0,500	0,000	11,000	3,51
Кофейный напиток с молоком	180	2,84	2,41	14,36	91,01	0,000	0,000	1,170	0,000	0,000	0,000	6,60
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,90	0,033	0,009	0,000	0,360	0,000	5,700	2,25
Сыр сычужный твердый порциями	10	2,56	2,61	0,00	34,30	0,003	0,036	0,070	0,090	0,000	90,000	4,63
ЗАВТРАК 2												
Апельсин (плоды свежие)	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,000	0,000	60,000	0,000	0,000	0,000	11,21
ОБЕД												
Салат из моркови	65	0,72	6,56	5,92	85,80	0,026	0,032	2,080	0,390	0,000	15,600	5,83
Суп картофельный с мясными фрикадельками	220	1,76	2,35	11,77	75,39	0,000	0,000	8,866	0,000	0,000	0,000	34,58
Макаронные изделия отварные с сыром	150	9,07	7,58	25,50	208,25	0,060	0,075	0,075	0,825	0,000	155,250	14,60
Печень говяжья по-строгановски	70	11,45	8,78	2,74	135,55	0,000	0,000	5,411	0,000	0,000	0,000	34,24
Чай с сахаром	180	0,13	0,00	5,76	23,53	0,000	0,000	0,018	0,342	0,000	2,034	0,77
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	39	3,00	0,55	16,46	81,90	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,950	0,95
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	1,76
ПОЛДНИК												
Йогурт	200	8,20	3,00	11,80	11,40	0,000	0,300	1,200	0,020	0,000	24,800	21,48
Сдоба обыкновенная	60	5,10	2,80	35,30	187,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	4,41
СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО												
Соль йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,06

Рекомендации родителям по организации питания детей дома

Бухгалтер _____ (подпись) расшифровка подписи

Руководитель _____ (подпись) Нечепуренко Е.В.
расшифровка подписи