



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «Улыбка»

Афанасьева О.В.

23.06.2023

(должность)

(ФИО)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастна

я Ясли

категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 8							
ЗАВТРАК	Каша "Ассорти" вязкая на цельном молоке/Замена на сухом молоке	150	7,73	7,64	25,14	198,69	253 1
	Бутерброд с маслом и сыром	43	3,99	5,16	15,01	116,33	100
	Чай с цельным молоком с сахаром/Замена на чай с сахаром	180	3,13	2,70	10,49	78,3	507
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	373	14,85	15,50	50,64	393,32	
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 свекольник на мясокостном бульоне со сметаной	150	3,09	5,12	10,73	101,33	136
	Голубцы ленивые	50	6,64	6,32	5,05	103,93	244
	Каша гречневая рассыпчатая	110	4,61	3,04	20,70	128,79	243
	Соус красный основной	15	0,21	0,74	1,31	12,81	457
	Компот из чернослива	180	0,22	0,04	10,13	45,47	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	17,10	15,64	60,29	453,89	
ПОЛДНИК	Омлет натуральный с маслом/Замена на печенье	60	5,48	8,24	1,89	103,67	188
	Молоко цельное заварное с сахаром/Замена на чай с сахаром	180	4,18	3,60	12,19	97,38	386
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		240	9,66	11,84	14,08	201,05	
УЖИН	Суп с фасолью на мясокостном бульоне со сметаной	180	4,90	6,57	14,45	137,52	148
	Компот из кураги	180	0,38	0,02	9,05	37,76	2
	Хлеб пшеничный йодированный(ужин)	20	1,58	0,20	9,66	42,72	114
	Хлеб ржано-пшеничный (ужин)	20	1,54	0,28	7,54	40,2	116
ИТОГО ЗА УЖИН		400	8,40	7,07	40,70	258,2	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1648	50,42	50,13	178,81	1361,46	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастна

я Детский сад

категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 8							
ЗАВТРАК	Каша "Ассорти" вязкая на цельном молоке/Замена на сухом молоке	200	10,30	10,18	33,52	264,92	253 1
	Бутерброд с маслом и сыром	56	5,20	6,73	19,54	151,5	100
	Чай с цельным молоком с сахаром/Замена на чай с сахаром	200	3,48	3,00	11,66	87	507
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	456	18,98	19,91	64,72	503,42	
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 свекольник на мясокостном бульоне со сметаной	200	4,12	6,82	14,30	135,1	136
	Голубцы ленивые	70	9,30	8,85	7,08	145,5	244
	Каша гречневая рассыпчатая	130	5,45	3,59	24,47	152,2	243
	Соус красный основной	20	0,28	0,99	1,74	17,09	457
	Компот из чернослива	200	0,24	0,04	11,26	50,52	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	22,51	20,77	76,05	583,33	
ПОЛДНИК	Омлет натуральный с маслом/Замена на печенье	70	6,39	9,62	2,21	120,95	188
	Молоко цельное заварное с сахаром/Замена на чай с сахаром	200	4,64	4,00	13,54	108,2	386
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		270	11,03	13,62	15,75	229,15	
УЖИН	Суп с фасолью на мясокостном бульоне со сметаной	200	5,44	7,30	16,06	152,8	148
	Компот из кураги	200	0,42	0,02	10,06	41,96	2
	Хлеб пшеничный йодированный(ужин)	20	1,58	0,20	9,66	42,72	114
	Хлеб ржано-пшеничный (ужин)	30	2,31	0,42	11,31	60,3	116
ИТОГО ЗА УЖИН		450	9,75	7,94	47,09	297,78	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1936	62,68	62,32	216,71	1668,68	