

Заведующий МБДОУ "Улыбка" (подпись)
Афанасьева О.В. (должность)
22.11.2022 (ФИО)
22.11.2022 (дата)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: ясли 1-3

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
ЗАВТРАК	Каша "Геркулес" вязкая на цельном молоке/Замена на сухом молоке	150	6,27	6,57	23,33	177,29	153
	Бутерброд с вареной гущенкой	40	3,30	1,40	21,18	105,32	251
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,42	21,06	502
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	370	9,57	7,97	49,93	303,67	
ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие	100	0,80	0,20	7,50	38	118
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,80	0,20	7,50	38	
ОБЕД	Овощная нарезка (огурец соленый)	30	0,24	0,03	0,51	3,9	113
	Суп свекольник на мясокостном бульоне со сметаной	150	3,09	5,12	10,73	101,33	136
	Биточки рыбные/Замена на котлеты из говядины	50	10,06	5,55	2,24	99,03	294
	Рис с овощами	110	3,30	4,41	33,69	187,76	246
	Соус белый основной	15	0,19	0,92	1,19	13,92	465
	Кисель плодово-ягодный	150	0,00	0,00	10,12	40,35	516
	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	19,21	16,41	70,85	507,85	
ПОЛДНИК	Печенье	50	1,70	3,52	12,40	88	1
	Молоко цельное кипяченое/Замена на чай с сахаром	180	4,14	11,27	23,40	222,77	534
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	230	5,84	14,79	35,80	310,77		
УЖИН	Суп с фасолью на мясокостном бульоне со сметаной	180	4,90	6,57	14,45	137,52	148
	Компот из сухофруктов	180	0,02	0,00	7,33	28,57	527
	Хлеб ржано-пшеничный (ужин)	20	1,54	0,28	7,54	40,2	116
	Хлеб пшеничный йодированный(ужин)	20	1,58	0,20	9,66	42,72	114
ИТОГО ЗА УЖИН	400	8,04	7,05	38,98	249,01		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1635	43,46	46,42	203,06	1409,3		

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: сад 3-7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
ЗАВТРАК	Каша "Геркулес" вязкая на цельном молоке/Замена на сухом молоке	200	8,36	8,76	31,10	236,38	153
	Бутерброд с вареной гущенкой	55	4,54	1,93	29,13	144,82	251
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	6,02	23,4	502
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	455	12,90	10,69	66,25	404,6	
ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие	100	0,80	0,20	7,50	38	118
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,80	0,20	7,50	38	
ОБЕД	Овощная нарезка (огурец соленый)	50	0,40	0,05	0,85	6,5	113
	Суп свекольник на мясокостном бульоне со сметаной	200	4,12	6,82	14,30	135,1	136
	Биточки рыбные/Замена на котлеты из говядины	70	14,08	7,78	3,14	138,64	294
	Рис с овощами	130	3,90	5,21	39,82	221,9	246
	Соус белый основной	20	0,25	1,23	1,59	18,56	465
	Кисель плодово-ягодный	200	0,00	0,00	13,50	53,8	516
	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	710	25,87	21,57	90,40	657,42	
ПОЛДНИК	Печенье	50	1,70	3,52	12,40	88	1
	Молоко цельное кипяченое/Замена на чай с сахаром	200	4,60	12,52	26,00	247,52	534
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	6,30	16,04	38,40	335,52		
УЖИН	Суп с фасолью на мясокостном бульоне со сметаной	200	5,44	7,30	16,06	152,8	148
	Компот из сухофруктов	200	0,02	0,00	8,14	31,74	527
	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	9,35	7,92	45,17	287,56		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1965	55,22	56,42	247,72	1723,1		