



УТВЕРЖДАЮ
 (Должность)
 (ФИО)
 (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
День 6						
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями/Замена на сухом молоке	150	4,34	4,74	18,45	133,48
	Бутерброд с повидлом	40	2,30	0,29	14,05	62,13
	Какао с молоком сгущенным	160	2,72	2,62	6,24	59,02
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	9,36	7,65	38,74	254,63
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый	100	0,41	0,08	13,10	55
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,41	0,08	13,10	55
ОБЕД	Икра кабачковая	30	0,57	2,67	2,31	27
	Борщ из свежей капусты	150	3,32	6,00	10,20	108,23
	Зразы из говядины	60	10,67	9,86	4,84	149,53
	Макаронные изделия отварные	110	4,81	2,73	29,48	161,44
	Соус томатный	15	0,20	1,74	1,30	21,74
	Компот из плодов или ягод сушеных (чернослив)	180	0,31	0,07	12,51	49,59
	Хлеб пшеничный йодированный	10	0,79	0,10	4,83	21,36
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,54	40,2
	ИТОГО ЗА ОБЕД		575	22,21	23,45	73,01
ПОЛДНИК	Булочка домашняя	50	4,36	5,38	28,06	180,06
	Кисломолочный напиток/Замена на чай с сахаром	150	4,50	9,00	6,15	105
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	8,86	14,38	34,21	285,06
УЖИН	Суп с рыбными консервами/Замена на суп картофельный с крупой	180	8,48	12,28	14,63	203,27
	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	180	0,56	0,04	10,89	46,12
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,54	40,2
	ИТОГО ЗА УЖИН		400	12,16	12,80	42,72
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1625	53,00	58,36	201,78	1506,09

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
День 6						
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями/Замена на сухом молоке	200	5,78	6,32	24,60	177,98
	Бутерброд с повидлом	55	3,16	0,40	19,32	85,43
	Какао с молоком сгущенным	180	3,06	2,95	7,02	66,4
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		435	12,00	9,67	50,94	329,81
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый	150	0,00	0,00	18,00	72
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	0,00	0,00	18,00	72
ОБЕД	Икра кабачковая	50	0,95	4,45	3,85	45
	Борщ из свежей капусты	200	4,42	8,00	13,60	144,3
	Зразы из говядины	70	12,45	11,51	5,64	174,45
	Макаронные изделия отварные	130	5,68	3,22	34,84	190,79
	Соус томатный	20	0,27	2,32	1,74	28,99
	Компот из плодов или ягод сушеных (чернослив)	200	0,34	0,08	13,90	55,1
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,54	40,2
	ИТОГО ЗА ОБЕД		710	27,23	30,06	90,77
ПОЛДНИК	Булочка домашняя	60	5,23	6,45	33,67	216,07
	Кисломолочный напиток/Замена на чай с сахаром	190	5,70	11,40	7,79	133
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	10,93	17,85	41,46	349,07
УЖИН	Суп с рыбными консервами/Замена на суп картофельный с крупой	200	9,42	13,64	16,26	225,86
	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	0,62	0,04	12,10	51,24
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,31	0,42	11,31	60,3
	ИТОГО ЗА УЖИН		450	13,93	14,30	49,33
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1995	64,09	71,88	250,50	1852,55