

СОГЛАСОВАНО

медсестра

Белт (должность)

Борисенко А.А. (ФИО)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ "Звездочка"

Скворцова Л.В. (должность)

Скворцова Л.В. (ФИО)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:
я Если

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 10							
ЗАВТРАК	Каша из смеси круп (Дружба)	160	5,02	6,30	21,87	150,16	77
	Чай с сахаром	180	0,11	0,00	11,70	25,38	196
	Бутерброд с повидлом	40	1,26	0,16	7,73	34,18	68
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		380	6,39	6,46	41,30	209,72	
ЗАВТРАК 2	Сок	100	1,50	0,50	11,20	45	59
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	1,50	0,50	21,00	96	
ОБЕД	Морковь отварная	30	0,39	0,03	2,09	10,6	72
	Суп картофельный с бобовыми	150	7,58	5,40	10,22	117,92	105
	Каша рассыпчатая гречневая	110	5,64	3,54	22,28	115,9	106
	Котлеты (говядина)	50	8,81	13,52	4,93	127,52	76
	Соус томатный	20	0,26	0,02	1,50	7,36	234
	Компот из сухофруктов	150	0,12	0,12	15,17	46,73	124
	Хлеб ржаной-пшеничный	20	0,72	0,18	5,24	29,7	11
Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,20	3,66	42,72	10	
ИТОГО ЗА ОБЕД		550	25,10	23,01	65,09	498,45	
ПОЛДНИК	Оладьи с творогом	50	5,51	3,36	25,86	118,74	136
	Какао с молоком	150	2,75	2,29	6,63	60,19	57
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	8,26	5,65	6,63	178,93	
УЖИН	Макаронны с сыром	180	6,70	8,96	16,27	250,06	76
	Чай с лимоном	180	0,20	0,00	17,97	48,44	133
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,20	15,66	42,72	10
	Хлеб ржаной-пшеничный	20	0,72	0,18	24,24	29,7	11
ИТОГО ЗА УЖИН		430	9,20	11,59	74,14	370,92	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1660	42,19	47,21	201,53	1354,02	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1660	42,19	47,21	201,53	1354,02	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1660	42,19	47,21	201,53	1354,02	

