

МЕНЮ на 17.05.2022 г.

И.о.Заведующего

(подпись)

/И.Н.Стрельцова/ (расшифровка подписи)

Утверждаю



Принем пищи	Наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Энергетич еская ценность, ккал	N рецепту ры		
			Б	Ж	У				
Завтрак :	Суп молочный с макаронными из-ми	150	4,35	4,36	14,99	116,25	133		
	Хлеб пшеничный	20	1,42	0,22	9,28	45,80	84		
	Масло сливочное (порциями)	7	0,05	5,07	0,09	46,27	88		
	Чай с сахаром	180	0,18	0,10	8,38	34,20	41		
	Итого за завтрак	357	6,00	9,74	32,74	242,52			
	2 Завтрак	100	0,30	0,20	16,30	68,00	40		
	Итого за 2 завтрака	100	0,30	0,20	16,30	68,00			
	Обед	Пш из кашеной капусты со сметаной на м/б	150	5,61	4,41	3,60	79,89	18	
		Фрикадельки в соусе	50	6,61	6,06	6,52	108,57	198	
		Каша гречневая рассыпчатая	110	6,27	5,30	30,20	222,20	185	
		Салат из отварной моркови с зеленым горошком	30	0,50	2,54	1,52	28,50	270	
		Компот из сухофруктов	180	0,04	0,00	24,26	96,70	37	
		Хлеб пшеничный	40	2,84	0,44	18,56	91,60	84	
Итого за обед		560	21,87	18,75	84,66	627,46			
Полдник		Коржик молочный	50	2,33	4,08	20,67	128,30	87	
		Кефирный напиток	150	4,35	4,80	6,00	88,50	33	
		Итого за полдник	200	6,68	8,88	26,67	216,80		
		Ужин :	Пулент из твора (паровой)	130	19,77	12,74	30,62	315,90	160
			Соус сметанный сладкий	50	0,79	5,78	9,62	93,75	156
			Чай с сахаром	180	0,18	0,10	8,38	34,20	41
	Хлеб пшеничный		40	2,84	0,44	18,56	91,60	84	
	Итого за ужин		400	23,58	19,06	67,18	535,45		
	Итого за день		1617	58,43	56,63	227,54	1690,23		

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

Принем пищи	Наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Энергетич еская ценность, ккал	N рецепту ры		
			Б	Ж	У				
Завтрак :	Суп молочный с макаронными из-ми	200	5,80	5,81	19,99	155,00	133		
	Хлеб пшеничный	30	2,13	0,33	13,92	68,70	84		
	Масло сливочное (порциями)	8	0,06	5,80	0,10	52,88	88		
	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00	41		
	Итого за завтрак	438	8,19	12,04	43,31	314,58			
	2 Завтрак	100	0,30	0,20	16,30	68,00	40		
	Итого за 2 завтрака	100	0,30	0,20	16,30	68,00			
	Обед	Пш из кашеной капусты со сметаной на м/б	200	7,48	5,88	4,80	106,52	18	
		Фрикадельки в соусе	70	9,26	8,49	9,13	152,00	198	
		Каша гречневая рассыпчатая	150	8,55	7,23	41,18	303,00	185	
		Салат из отварной моркови с зеленым горошком	50	0,83	4,23	2,53	47,50	270	
		Компот из сухофруктов	200	0,04	0,00	26,96	107,44	37	
		Хлеб пшеничный	60	4,26	0,66	27,84	137,40	84	
Итого за обед		730	30,42	26,49	112,43	853,86			
Полдник		Коржик молочный	70	3,27	5,72	28,93	179,67	87	
		Кефирный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	33	
		Итого за полдник	250	8,49	11,48	36,13	285,87		
		Ужин :	Вареники ленивые	150	21,21	16,14	20,50	312,12	148
			Соус сметанный сладкий	60	0,94	6,94	11,54	112,32	156
			Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00	41
	Хлеб пшеничный		40	2,84	0,44	18,56	91,60	84	
	Итого за ужин		450	25,19	23,62	59,90	554,24		
	Итого за день		1968	72,59	73,83	268,07	2076,55		

Возрастная категория: с 3 до 7 лет