



Утверждаю

И.О.Заведующего

/ Г.Н.Стрельцова /

(подпись)

(расшифровка подписи)

## МЕНЮ на 24.05.2022 год

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал	N рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак :	Каша "Дружба"	150	4,74	7,64	19,76	167,37	163
	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 молоком	180	1,44	1,16	10,34	57,60	31
<b>Итого за завтрак</b>		<b>357</b>	<b>7,65</b>	<b>14,09</b>	<b>39,46</b>	<b>317,04</b>	
2 Завтрак	Сок фруктовый	100	0,30	0,20	16,30	68,00	40
<b>Итого за 2</b>		<b>100</b>	<b>0,30</b>	<b>0,20</b>	<b>16,30</b>	<b>68,00</b>	
Обед	Рассольник со сметаной	150	1,47	3,68	11,46	84,98	4
	Жаркое по-домашнему	130	4,88	3,45	9,52	147,71	193
	Салат из квашеной капусты с луком	30	0,48	3,03	0,90	32,55	114
	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
<b>Итого за обед</b>		<b>530</b>	<b>9,70</b>	<b>10,59</b>	<b>64,70</b>	<b>453,54</b>	
Полдник	Булочка с крошкой	50	3,82	8,68	32,98	217,06	78
	Кефирный напиток	150	4,35	4,80	6,00	88,50	33
<b>Итого за полдник</b>		<b>200</b>	<b>8,17</b>	<b>13,48</b>	<b>38,98</b>	<b>305,56</b>	
Ужин	Сырники	150	25,76	20,21	19,59	409,50	155
	Варенье	30	0,30	0,10	19,50	75,90	161
	Чай с сахаром	180	0,18	0,10	8,38	34,20	41
		Хлеб пшеничный	40	2,84	0,44	18,56	91,60
<b>Итого за ужин</b>		<b>400</b>	<b>29,08</b>	<b>20,84</b>	<b>66,03</b>	<b>611,20</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1587</b>	<b>54,90</b>	<b>59,19</b>	<b>225,47</b>	<b>1755,33</b>	

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал	N рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак :	Каша "Дружба"	200	6,32	10,18	26,34	223,16	163
	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 молоком	200	1,60	1,30	11,50	64,00	31
<b>Итого за завтрак</b>		<b>438</b>	<b>10,11</b>	<b>17,61</b>	<b>51,86</b>	<b>408,74</b>	
2 Завтрак	Сок фруктовый	100	0,30	0,20	16,30	68,00	40
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,30</b>	<b>0,20</b>	<b>16,30</b>	<b>68,00</b>	
Обед	Рассольник со сметаной	200	1,96	4,90	15,28	113,30	4
	Жаркое по-домашнему	150	5,63	3,98	11,00	170,45	193
	Салат из квашеной капусты с луком	50	0,80	5,05	1,50	54,25	114
	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
<b>Итого за обед</b>		<b>660</b>	<b>12,69</b>	<b>14,59</b>	<b>82,58</b>	<b>582,84</b>	
Полдник	Булочка с крошкой	70	5,35	12,15	46,17	303,88	78
	Кефирный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	33
<b>Итого за полдник</b>		<b>250</b>	<b>10,57</b>	<b>17,91</b>	<b>53,37</b>	<b>410,08</b>	
Ужин	Сырники	170	29,19	22,90	22,20	464,10	155
	Варенье	40	0,40	0,13	26,00	101,20	161
	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00	41
		Хлеб пшеничный	40	2,84	0,44	18,56	91,60
<b>Итого за ужин</b>		<b>450</b>	<b>32,63</b>	<b>23,57</b>	<b>76,06</b>	<b>694,90</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1898</b>	<b>66,30</b>	<b>73,88</b>	<b>280,17</b>	<b>2164,56</b>	