

Утверждаю
Заведующий МБДОУ детский сад № 115
Н.И.Подшивалова

МЕНЮ

Меню приготовленных блюд (ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ 3 – 7 ГОДА) 12-часовой режим пребывания

VII день: вторник		Неделя: вторая		Наименование учреждения: МБДОУ детский сад № 115				
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порци и	Пищевые вещества (г)			Энерге тическ ая ценнос ть (ккал)	Вита мин С	№ реце птур ы
			Б	Ж	У			
Завтрак	Суп вермишелевый молочный с маслом слив.	200	5,75	5,2	18,8	145,2	0,9	100
	Кофейный напиток с молоком	180	2,9	2,4	14,4	91	-	414
	Бутерброд с маслом сливочным, сыром	40/5/10	5,06	7,27	14,62	162,25	0,19	
	Итого:	435	13,71	14,87	47,82	398,45	1,09	
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4	2,0	418
	Итого:	100	0,5	-	10,1	42,4	2,0	
Обед	Салат из свеклы с растительным маслом	50	0,7	3,1	4,2	46,95	4,75	34
	Суп овощной на курином бульоне	200	2,1	3,8	13,5	84,2	9,6	83
	Печень тушеная в сметане	40/40	10,3	5,95	7,2	122,1	23,8	
	Макароны отварные	130	4,99	3,7	22,9	143,4	-	219
	Кисель	180	0,2	0,01	31,7	127,9	0,13	397
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,6	68,2		
	Итого:	680	20,93	17,04	93,1	592,75	38,28	
Полдник	Кисломолочный напиток	180	5,0	5,7	7,2	101,0	1,2	420
	Вафли	40	1,3	11,7	25,1	205,6	-	
	Итого:	220	6,3	17,4	32,3	306,6	1,2	
Ужин:	Салат из белокочанной капусты	50	0,7	2,5	4,3	42,95	17,4	21
	Рыба, запеченная в омлете	70	11,4	3,82	2,24	89,25	0,15	263
	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,43	138	18,15	206
	Чай с сахаром	180	0	0	12	48	0,03	411
	Хлеб пшеничный	30	2,68	0,28	20,12	96	-	
	Итого:	490	17,84	11,40	59,09	414,2	36,08	
Итого за VII день:		1925	59,28	60,71	242,41	1754,40	78,65	