

Утверждаю
Заведующий МБДОУ детский сад № 115

Подпись Н.И.Подшивалова

МЕНЮ

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

XI день: Понедельник	Неделя: третья	Наименование учреждения: МБДОУ детский сад № 115
--------------------------------	-----------------------	--

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита мин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша манная молочная вязкая	200	3,2	3,9	26,0	153,0		182
	Кофейный напиток с молоком	180	2,9	2,4	14,4	91	-	414
	Хлеб пшеничный	40	2,68	0,4	20,0	96	-	
	Масло сливочное	7	0,03	5,0	0,05	46,2		6
	Итого:	427	8,81	11,70	60,45	386,2	0,4	
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 белокочанной капусты с растительным маслом	50	0,7	2,5	4,3	43,9	17,4	21
	Щи на мясном б-не со сметаной.	200	1,6	6,7	6,9	71,0	17,7	73
	Тефтели мясные	50/30	5,7	6,4	7,5	110	0,5	303
	Греча отварная	130	7,5	5,3	33,5	211,25	-	330
	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,0	25,0	103,0	0,36	394
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,2	51,2		
	Итого:	670	17,88	21,26	87,4	590,35	35,96	
Полдник	Кисломолочный напиток	180	5,0	5,7	7,2	101,0	1,26	420
	Гренка из пшеничного хлеба	40	4,9	0,63	30,4	147,28	-	123
	Итого:	220	9,9	6,33	37,6	248,28	1,26	
Ужин	Салат из моркови и яблок	50	0,4	2,6	10,2	40,95	3,5	41
	Сырники, запеченные с повидлом 100/30	130	18,81	12,67	30,9	309	0,40	245
	Чай с сахаром	180	0	0	12,0	48,0	0,03	411
	Итого:	360	19,21	15,27	53,1	397,95	3,93	
Итого за XI день:		1777	56,3	54,56	248,65	1665,18	43,55	