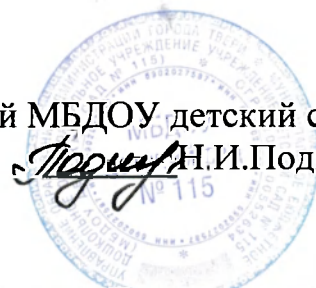


Утверждаю

Заведующий МБДОУ детский сад № 115

*Лариса И.И. Подшивалова*



## МЕНЮ

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

XIV день: Четверг	Неделя: третья	Наименование учреждения: МБДОУ детский сад № 115
----------------------	----------------	---

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша пшеничная молочная с тыквой и маслом сл.	200	7,3	6,7	35,2	230,2	3,2	183
	Какао с молоком	180	3,8	3,3	15,5	106,0	1,44	416
	Бутерброд с сыром и маслом слив.	40/5/10	5,06	7,27	14,62	162,25	0,19	-
	<b>Итого:</b>	<b>435</b>	<b>16,16</b>	<b>17,27</b>	<b>65,32</b>	<b>498,25</b>	<b>4,83</b>	
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4	2,0	418
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>-</b>	<b>10,1</b>	<b>42,4</b>	<b>2,0</b>	
Обед:	Салат витаминный	50	0,74	3,0	4,5	43,7	16,2	22 <sup>4</sup>
	Суп лапша с курицей	200	1,97	4,1	9,7	85	0,4-	94
	Голубцы ленивые с куриным мясом	150	13,2	8,4	18,9	205,3	18,7	315
	Компот из сухофруктов без сахара	180	0,4	0,0	11,0	47	0,36	394
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,2	51,2	30	
	<b>Итого:</b>	<b>610</b>	<b>18,29</b>	<b>15,86</b>	<b>54,3</b>	<b>432,2</b>	<b>65,66</b>	
Полдник	Кисломолочный напиток	180	5,0	5,7	7,2	101,0	1,2	420
	Гренка из хлеба пшеничного	40	4,9	0,63	30,4	147,28	-	123
	<b>Итого:</b>	<b>220</b>	<b>9,9</b>	<b>6,33</b>	<b>37,6</b>	<b>248,28</b>	<b>1,2</b>	
Ужин:	Салат из моркови с яблоком	50	0,5	0,3	4,6	43,55	2,9	45
	Запеканка рисовая с творогом	150	9,1	7,47	49,86	303	0,08	203
	Соус молочный	30	0,6	1,4	3,9	30,5	0,09	369
	Чай с сахаром	180	0	0	12,0	48,0	0,03	411
	<b>Итого:</b>	<b>410</b>	<b>10,2</b>	<b>9,17</b>	<b>70,36</b>	<b>425,05</b>	<b>3,1</b>	
<b>Итого за XIV день:</b>		<b>1775</b>	<b>55,05</b>	<b>48,63</b>	<b>237,68</b>	<b>1646,18</b>	<b>76,79</b>	