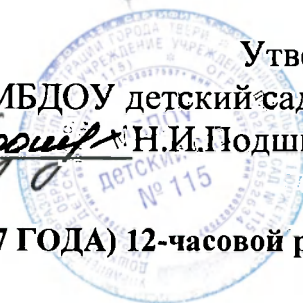


Утверждаю
Заведующий МБДОУ детский сад № 115

Людмила Н.И.Подшивалова

МЕНЮ

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



| | | |
|---------------------------|-----------------------|--|
| V день: пятница | Неделя: первая | Наименование учреждения: МБДОУ детский сад № 115 |
|---------------------------|-----------------------|--|

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины | № рецептуры |
|-------------------------|--|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|---------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Завтрак | Каша рисовая молочная с сахаром и маслом слив. | 200 | 2,9 | 4,95 | 36,2 | 201,25 | | 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 | 8,51 | 12,75 | 70,65 | 434,45 | |
| 2 завтрак | Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания | 100,0 | 0,5 | - | 10,1 | 42,4 | 2,0 | 418 |
| | Итого | 100,0 | 0,5 | - | 10,1 | 42,4 | 2,0 | |
| Обед | Салат из свеклы с морковью | 50 | 0,5 | 5 | 4,1 | 63,9 | 3,8 | 42 |
| | Суп харчо | 200 | 4,2 | 4,45 | 17,9 | 128,3 | 7,6 | 101 |
| | Котлета из куриного мяса | 70 | 13,1 | 2,9 | 11,0 | 123,4 | - | 322 |
| | Овощи тушеные в сметанном соусе | 150 | 3,0 | 4,48 | 12,1 | 100,53 | 8,1 | 350/372 |
| | Компот из яблок | 180 | 0,14 | 0,14 | 21,4 | 87,84 | 1,5 | 390 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,6 | 68,2 | | |
| | Итого: | | 690 | 23,58 | 17,45 | 80,1 | 572,17 | 21 |
| Полдник | Кисломолочный напиток | 180 | 5,0 | 5,7 | 7,2 | 101,0 | 1,2 | 420 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,68 | 0,28 | 20,12 | 96 | - | |
| | Итого: | 220 | 7,68 | 5,98 | 27,32 | 197,0 | 1,2 | |
| Ужин: | Оладьи с повидлом | 200/30 | 15,3 | 14,19 | 93,1 | 559,1 | 1,6 | 432 |
| | Чай без сахара | 180 | 0,07 | 0,09 | 0,36 | 2,52 | 0,18 | |
| | Итого: | 410 | 15,37 | 14,28 | 93,46 | 561,62 | 1,78 | |
| Итого за V день: | | 1847 | 55,64 | 50,46 | 281,63 | 1807,64 | 25,98 | |