

**МЕНЮ МБДОУ детский сад «Ласточка» для детей 2-3 лет
НЕДЕЛЯ 1, день 2**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2							
Завтрак 1	Бутерброд с маслом	3/20	1,58	2,4	9,64	69,15	85 (1)
Завтрак 1	Сыр (порциями)	10	2,3	2,93	0	36,0	86 (7)
Завтрак 1	Каша манная молочная	150	4,71	6,98	16,94	148,61	24 (169)
Завтрак 1	Чай с лимоном	150	0,1	0,02	8,5	34,17	43(412)
Завтрак 1	Хлеб пшеничный	20	1,56	0,02	9,6	47,14	83 (-)
Итого за Завтрак 1		353	10,25	12,35	44,68	335,07	
Завтрак 2	Фрукты (плоды) свежие (яблоко)	95	0,38	0,38	9,31	36,1	38 (368)
Итого за Завтрак 2		95	0,38	0,38	9,31	36,1	
Обед	Салат овощной	30	0,2	1,8	0,7	20,2	5
Обед	Суп гороховый (с гречками)	150	2,25	2,35	9,47	69,09	17(81)
Обед	Жаркое по - домашнему	160	15,57	12,8	15,45	230,82	54(276)
Обед	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	0	0	8,4	37,2	41 (396)
Обед	Хлеб пшеничный	20	1,56	0,02	9,6	47,14	83 (-)
Обед	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,0	67,6	84 (-)
Итого за Обед		550	22,18	17,47	56,62	472,05	
Полдник	Ряженка (кефир, варенец, бифидок, йогурт)	140	4,9	4,2	6,8	84,85	44 (420)
Полдник	Ватрушка королевская	50	4,4	7,4	24,6	182,3	71 (430)
Итого за Полдник		190	9,3	11,6	31,4	267,15	
Итого за день		1188	42,11	41,8	142,01	1110,37	

МЕНЮ МБДОУ детский сад «Ласточка» для детей 3-7 лет
НЕДЕЛЯ 1, день 2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2							
Завтрак 1	Бутерброд с маслом	5/30	2,38	3,62	14,46	103,72	85 (1)
Завтрак 1	Сыр (порциями)	15	3,5	4,4	0	54,0	86 (7)
Завтрак 1	Каша манная молочная	200	6,2	7,5	30,9	215,4	268 (59)
Завтрак 1	Чай с лимоном	180	0,14	0,02	11,34	45,56	43(412)
Завтрак 1	Хлеб пшеничный	25	1,95	0,02	12,0	58,93	83 (-)
Итого за Завтрак 1		473	14,17	15,56	68,7	477,61	
Завтрак 2	Фрукты (плоды) свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	38,0	38 (368)
Итого за Завтрак 2		100	0,4	0,4	9,8	38,0	
Обед	Салат овощной	50	0,57	5,07	5,77	70,97	9
Обед	Суп гороховый (с гречками)	250	3,72	3,67	15,61	110,17	17(81)
Обед	Жаркое по - домашнему	180	17,5	16,88	17,59	281,06	54(276)
Обед	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	0	0	11,14	49,6	41 (396)
Обед	Хлеб пшеничный	25	1,95	0,02	12,0	58,93	83 (-)
Обед	Хлеб ржаной	50	3,2	0,6	16,2	84,5	84 (-)
Итого за Обед		735	26,94	26,24	62,11	655,23	
Полдник	Ряженка (кефир, варенец, бифидок, йогурт)	165	5,8	5	8	100	44 (420)
Полдник	Ватрушка королевская	70	6,2	10,3	34,4	255,2	71 (430)
Итого за Полдник		235	12,0	15,3	42,4	355,2	
Итого за день		1543	53,51	57,5	183,01	1526,04	

Завхоз *Клеф* Кондурова Р.Р.

Медсестра *Верушкина* Верушкина Н.В.

Повар *Насыкова* Насыкова С.А.