

## Меню МБДОУ детский сад «Ласточка» для детей 2-3 лет

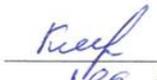
### Неделя 1, день 3

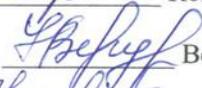
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1 день 3</b>							
Завтрак 1	Бутерброд с джемом или повидлом (с маслом)	20/10/3	2,03	3,21	11,34	127,0	88 (2)
Завтрак 1	Каша "Дружба" молочная (рис, пшено)	150	5,69	7,36	24,57	186,55	25 (173)
Завтрак 1	Чай сладкий	150	0,00	0,00	6,96	37,91	36 (392)
Завтрак 1	Хлеб пшеничный	20	1,56	0,02	9,6	47,14	83 (-)
<b>Итого за Завтрак 1</b>		<b>353</b>	<b>9,28</b>	<b>10,59</b>	<b>52,47</b>	<b>453,05</b>	
Завтрак 2	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	0	0	8,4	37,2	41 (396)
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>150</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>8,4</b>	<b>37,2</b>	
Обед	Салат из репчатого лука с зеленым горошком	30	0,8	3,5	1,95	33,2	33
Обед	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной м/к	200/5	2,84	4,08	11,62	94,6	15 (69)
Обед	Фрикадельки рыбные в соусе молочном для запекания	85/25	8,94/ 0,94	4,62/ 3,2	4,72/ 3,4	72,06/ 46,6	47 (147) 56 (352)
Обед	Макаронные изделия отварные	100	3,04	3,96	20,77	134,15	62 (204)
Обед	Компот из сухофруктов (компот из свежих плодов или ягод)	150	0,22	0,01	15,88	63,20	39 (376)
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 (-)
<b>Итого за Обед</b>		<b>655</b>	<b>20,94</b>	<b>19,89</b>	<b>80,94</b>	<b>558,85</b>	
Полдник	Хлеб пшеничный	20	1,56	0,02	9,6	47,14	83 (-)
Полдник	Суп молочный вермишелевый	150	4,95	6,72	27,0	140,8	27(93)
Полдник	Чай сладкий	150	0,00	0,00	9,6	47,14	36 (392)
<b>Итого за Полдник</b>		<b>320</b>	<b>6,51</b>	<b>6,77</b>	<b>46,2</b>	<b>235,08</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1478</b>	<b>36,73</b>	<b>37,25</b>	<b>188,01</b>	<b>1284,18</b>	

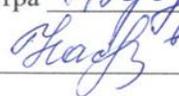
## Меню МБДОУ детский сад «Ласточка» для детей 3-7 лет

### Неделя 1, день 3

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1 день 3</b>							
Завтрак 1	Бутерброд с джемом или повидлом (с маслом)	30/15/5	2,94	4,64	16,38	184,0	88 (2)
Завтрак 1	Каша "Дружба" молочная (рис, пшено)	200	7,30	8,48	30,87	228,0	25 (173)
Завтрак 1	Чай сладкий	180	0,00	0,00	9,98	37,91	36 (392)
Завтрак 1	Хлеб пшеничный	25	1,95	0,02	12,0	58,93	83 (-)
<b>Итого за Завтрак 1</b>		<b>455</b>	<b>12,19</b>	<b>13,14</b>	<b>69,23</b>	<b>508,84</b>	
Завтрак 2	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	0	0	11,14	49,6	41 (396)
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>180</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>11,14</b>	<b>49,6</b>	
Обед	Салат из репчатого лука с зеленым горошком	60	1,57	5,1	3,9	67	33
Обед	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной м/к	250/5	3,55	5,1	14,52	118,25	15 (69)
Обед	Фрикадельки рыбные в соусе молочном для запекания	100/30	10,46/ 0,94	5,41/ 3,2	5,52/ 3,4	80,82/ 46,6	47 (147) 56 (352)
Обед	Макаронные изделия отварные	150	4,56	5,57	31,14	197,92	62 (204)
Обед	Компот из сухофруктов (компот из свежих плодов или ягод)	180	0,29	0,01	19,53	78,37	39 (376) 83 (-)
Обед	Хлеб пшеничный	25	1,95	0,02	12,0	58,93	
Обед	Хлеб ржаной	50	3,2	0,6	16,2	84,5	84 (-)
<b>Итого за Обед</b>		<b>850</b>	<b>26,52</b>	<b>25,01</b>	<b>106,21</b>	<b>732,39</b>	
Полдник	Хлеб пшеничный	25	1,95	0,02	12,0	58,93	83 (-)
Полдник	Суп молочный вермишелевый	200	6,8	8,1	26,85	207,8	27(93)
Полдник	Чай сладкий	180	0,00	0,00	9,98	37,91	36 (392)
<b>Итого за Полдник</b>		<b>405</b>	<b>8,75</b>	<b>8,12</b>	<b>48,83</b>	<b>304,64</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1890</b>	<b>47,46</b>	<b>46,27</b>	<b>235,41</b>	<b>1595,47</b>	

Завхоз  Кондунова Р.Р.

Медсестра  Верушкина Н.В.

Повар  Насыкова С.А.