

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

Неделя 2, день 6

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 6							
Завтрак 1	Бутерброд с джемом или повидлом (с маслом)	20/10/3	2,03	3,21	11,34	127,0	88 (2)
Завтрак 1	Макароны отварные с маслом и сахаром	100	3,03	3,23	12,6	135,22	31 (205)
Завтрак 1	Кофейный напиток с молоком	150	2,52	2,26	11,22	73,4	35 (395)
Завтрак 1	Хлеб пшеничный	20	1,56	0,02	9,6	47,14	83 (-)
Итого за Завтрак 1		303	9,14	8,72	44,76	382,76	
Завтрак 2	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	0	0	8,4	37,2	41 (396)
Итого за Завтрак 2		150	0	0	8,4	37,2	
Обед	Салат из свеклы с чесноком	30	0,4	2,3	2,3	32,5	22
Обед	Суп крестьянский с крупой (рисовый)	150	1,85	3,53	16,17	156,3	42
Обед	Плов по купечески с мясом птицы	150	20.3	17.0	35.69	377	21
Обед	Компот из сухофруктов (компот из свежих плодов или ягод)	150	0,22	0,01	15,88	63,2	39(376) 40(521)
Обед	Хлеб пшеничный	20	1,56	0,02	9,6	58,93	83 (-)
Обед	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,0	67,6	84 (-)
Итого за Обед		540	26.93	23.36	92.64	755.53	
Полдник	Чай сладкий	150	0,00	0,00	9,98	37,91	36 (392)
Полдник	Ватрушка королевская	50	4,4	7,4	24,6	282,3	
Итого за Полдник		180	4,4	7,4	34,58	320,21	
Итого за день		1173	40.47	39.48	180.38	1495.38	

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

Неделя 2, день 6

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 6							
Завтрак 1	Бутерброд с джемом или повидлом (с маслом)	30/15/5	2,94	4,64	16,38	184,0	88 (2)
Завтрак 1	Макароны отварные с маслом и сахаром	150	4,55	4,85	34,12	202,68	31 (205)
Завтрак 1	Кофейный напиток с молоком	180	2,52	2,26	14,21	84,78	35 (395)
Завтрак 1	Хлеб пшеничный	25	1,95	0,02	12,0	58,93	83 (-)
Итого за Завтрак 1		405	11,94	11,77	76,71	530,39	
Завтрак 2	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	0	0	11,14	49,6	41 (396)
Итого за Завтрак 2		180	0	0	11,14	49,6	
Обед	Салат из свеклы с чесноком	60	0,83	4,54	4,55	65,0	22
Обед	Суп крестьянский с крупой (рисовый)	200	1,85	6,19	12,34	112,47	42
Обед	Плов по купечески с мясом птицы	180	20,3	17,0	35,69	377	21
Обед	Компот из сухофруктов (компот из свежих плодов или ягод)	180	0,29	0,01	19,65	78,37	39(376) 40(521)
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		695	28,42	28,36	100,43	776,27	
Полдник	Чай сладкий	180	0,00	0,00	9,98	37,91	36 (392)
Полдник	Ватрушка королевская	70	6,2	10,3	34,4	255,2	
Итого за Полдник		250	6,2	10,3	44,38	293,11	
Итого за день		1530	46,56	50,43	232,66	1649,37	

Завхоз  Кондурова Р.Р.

Медсестра  Верушкина Н.В.

Повар  Насыкова С.А.