

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

Неделя 2, день 8

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 8							
Завтрак 1	Бутерброд с маслом (повидло)	3/20	1,58	2,4	9,64	169,15	85 (1)
Завтрак 1	Сыр (порциями)	10	2,3	2.93	0	36	86 (7)
Завтрак 1	Каша молочная пшенная с маслом	150	5,41	7,07	20,35	165,16	26(171)
Завтрак 1	Чай сладкий	150	0,00	0,00	6,99	26,53	36(392)
Завтрак 1	Хлеб пшеничный	20	1,56	0,02	9,6	47,14	83 (-)
Итого за Завтрак 1		353	10,85	12,42	46,58	443,98	
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 картофельный с бобовыми	150	1,38	2,55	9,07	64,8	149 (96)
Обед	Суфле из рыбы	80	6,1	6,4	3,3	125,0	268
Обед	Картофельное пюре	100	2,1	4,04	15,5	107,0	434 (12)
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	47,14	83 (-)
Обед	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,0	67,6	84 (-)
Итого за Обед		570	14,36	15,32	68,65	507,24	
Полдник	Чай сладкий	150	0,00	0,00	6,99	26,53	36(392)
Полдник	Пряник (печенье, вафли)	50	1.3	1,5	14.4	76,3	80
Итого за Полдник		200	1,3	1,5	21,39	102,83	
Итого за день		1273	26,51	29,24	145,02	1091,25	

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

Неделя 2, день 8

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 8							
Завтрак 1	Бутерброд с маслом (повидло)	5/30	2,38	3,62	14,46	103,72	85 (1)
Завтрак 1	Сыр (порциями)	15	3,5	4,4	0	54	86 (7)
Завтрак 1	Каша молочная пшениная с маслом	200	7,10	8,14	26,63	206,20	26(171)
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 (-)
Итого за Завтрак 1		455	14,93	16,18	63,07	460,76	
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 картофельный с бобовыми	180	1,66	3,06	10,89	77,76	149 (96)
Обед	Суфле из рыбы	80	6,1	6,4	3,3	125,0	268
Обед	Картофельное пюре	150	3,19	6,06	23,29	160,45	434 (12)
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		725	17,22	20,69	89,88	609,16	
Полдник	Чай сладкий	180	0,00	0,00	9,98	37,91	36(392)
Полдник	Пряник (печенье, вафли)	70	3,7	4,4	43.2	229,0	80
Итого за Полдник		250	3,7	4,4	53,18	250,01	
Итого за день		1610	35,85	41,27	217,27	1369,53	

Завхоз  Кондурова Р.Р.

Медсестра  Верушкина Н.В.

Повар  Насыкова С.А.