

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

Неделя 2, день 9

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9							
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 манная молочная с маслом	130	4,0	4,8	20,1	140,0	268(59)
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 (-)
Итого за Завтрак 1		333	7,59	8,03	48,00	352,05	
Завтрак 2	Соки фруктовые (овощные, ягодные)	80	0,4	0	8.08	34,13	37 (418)
Итого за Завтрак 2		80	0,4	0	8,08	34,13	
Обед	Салат из репчатого лука с зеленым горошком	30	0,8	2,5	1,95	33.5	33
Обед	Суп вермишелевый	150	1,62	1,71	11,3	66,75	152 (88)
Обед	Суфле куриное с соусом томатным	50/20	11,1/ 0,2	12,6/ 0,8	4,5/ 1,6	163,9/ 14,9	53 (327) 55 (366)
Обед	Пюре из гороха	100	5,8	0,6	16,4	92,0	64 (207)
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		560	23,9	18,24	74,23	548,99	
Полдник	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	0	0	8, 4	37,2	41 (396)
Полдник	Сочник с творогом	60	6.86	4.5	9.1	99.34	322(490) 51
Итого за Полдник		210	6.86	4.5	17.5	136.54	
Итого за день		1183	38.75	30.77	147.81	1071.71	

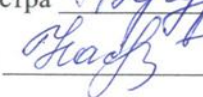
Меню МБДОУ детский сад «Ласточка» для детей 3-7 лет

Неделя 2, день 9

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9							
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 манная молочная с маслом	200	6,2	7,5	30,9	215,4	268(59)
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		435	11,09	12,16	69,26	496,24	
Завтрак 2	Соки фруктовые (овощные, ягодные)	100	0,5	0	10,1	42,67	37 (418)
Итого за Завтрак 2		100	0,5	0	10,1	42,67	
Обед	Салат из репчатого лука с зеленым горошком	60	1,57	5,1	3,9	67	33
Обед	Суп вермишелевый	180	1,94	2,05	13,55	80,1	152 (88)
Обед	Суфле куриное с соусом томатным	70/30	15,6/ 0,3	17,7/ 1,3	6,3/ 2,4	229,4/ 22,35	53 (327) 55 (366)
Обед	Пюре из гороха	150	8,68	0,93	24,54	138,1	64 (207)
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		745	33,53	27,71	98,54	758,75	
Полдник	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	0	0	11,14	49,6	41 (396)
Полдник	Сочник с творогом	90	7.29	6.75	13.65	149	322(490) 51
Итого за Полдник		270	7.29	6.75	24.79	198.6	
Итого за день		15500	52.41	46.62	202.69	1496.26	

Завхоз  Кондурова Р.Р.

Медсестра  Верушкина Н.В.

Повар  Насыкова С.А.