

Неделя
День

Меню на « 17 » февраля 2023

Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 12
Н.М.Абусева



Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1,5-3 лет	Пищевые вещества			Вес блюда 3-7 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность		№ рецептуры	Стоимость блюда	
			белки	жиры	углевод оды		белки	жиры	углеводы	1,5-3 лет	3-7 лет		1,5-3	3-7
Завтрак	Каши, Крушма													
	макар. с мясом	150	6,4	4,4	14,9	200	4,8	4	25,2	12,5	15,8	16,8		
	Макар	180	9,5	-	6,8	180	1,82	-	11,1	48,6	95,6	394		
	Хлеб пшенич.	20	4,08	1,2	15,8	25	1,08	1,2	15,8	61,8	61,8			
	Сливочн	5	0,1	3,8	0,1	4	0,1	3,8	0,1	44,6	44,6			
итого		355	8,38	9,4	40,6	412	10,8	12	52,2	280	360			
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	2,1	0,1	10,15	180	2,4	0,8	13,05	40	90			
итого		150	2,1	0,1	10,15	180	2,4	0,8	13,05	40	90			
Обед	Р.т.шарики с фарш.	40	0,5	0,5	6,3	50	1,5	0,5	9,3	57	89	25		
	Макар с соусом	150	3,8	10,5	29,4	180	4,8	12,5	36,25	125,4	135,5	64		
	Фермен	50	4,8	6,1	4,65	40	5,9	4	13,65	98	114,5	144		
	Соус	25	1,05	0,8	2,95	25	1,5	0,8	4,05	33,7	65,5	348		
	Целеб. каша	110	2,44	1	1,9	130	2,92	1	3,9	82,9	95,2	186		
	Хлеб пшенич.	55	1,08	1,2	15,8	43	1,08	1,2	15,8	61,8	61,8			
Каша из овсян	150	0,7	-	4,05	180	1,2	-	15,8	61,8	61,8				
итого		580	14,4	20,1	41,05	408	12	18,9	4,5	312	69,5	376		
Полдник	Вафли	50	3,5	2	15,3	50	3,5	2	15,3	104,5	104,5			
	Макаро	150	2,8	5,05	15,15	180	4,6	4	23,85	102,5	162,5	400		
итого		200	6,3	4,05	30,45	230	8,1	9	39,15	210	240			
Итого за весь день:		1285	31,48	36,65	152,25	1530	40,5	44,8	195,75	1050	1350		98,07	124,24