

Неделя
День

Меню на «20» апреля 2023

Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 12
Н.М.Абусева



Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда				Пищевые вещества				№ рецептуры	Стоимость блюда			
		1,5-3 лет	белки	жиры	углеводы	3-7лет	белки	жиры	углеводы		1,5-3 лет	3-7лет	1,5-3	3-7
Завтрак	Суп рисовый молоч. с маслом	150	7,1	4,4	17,9	200	9,1	7	27,9	136	186	43		
	Коф. напиток	180	0,12	-	6,8	180	0,52	-	8,4	37,6	67,6	252		
	Хлеб пшеничный	20	1,08	1,2	15,8	25	1,08	1,2	15,8	61,8	61,8			
	Слив. масло	5	0,1	3,8	0,1	7	0,1	3,8	0,1	44,6	44,6			
	Итого		355	8,4	9,4	40,6	412	10,8	12	52,2	280	360		
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	2,1	0,1	10,15	180	2,7	0,8	13,05	70	90			
Итого		150	2,1	0,1	10,15	180	2,7	0,8	13,05	70	90			
Обед	Салат из свеклы с раст.маслом	40	1,6	2,7	9	50	1,3	7,8	4,7	80	135	33		
	Щи на к/б со сметаной	150	3	4,5	27,4	180	4,1	8,4	19,25	125,4	107,2	67		
	Каша перловая с соусом	110	1,44	1,6	3,1	130	3,8	4,1	29,3	134,7	140,1	186		
	Хлеб пшеничный	55	1,08	1,2	15,8	73	1	1,2	15,8	61,8	61,8			
	Компот	150	0,7	-	7,05	180	1,2	-	7,5	31,2	65,5	376		
	Итого		555	14,62	18,7	71,05	683	18,9	23	91,35	490	630		
Полдник	Сочник с творог.	50	3,5	2	15,3	70	3,5	2	15,3	107,5	107,5	417,504		
	Ряженка	150	2,8	5,05	15,15	180	4,6	7	23,85	102,5	162,5	401		
Итого		200	6,3	7,05	30,45	250	8,1	9	39,15	210	270			
Итого за весь день		1260	31,42	35,25	152,25	1525	40,5	44,8	195,75	1050	1350			

103,98 1271,89