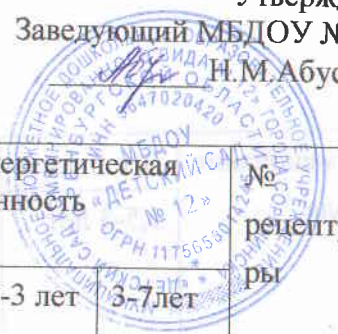


Неделя  
День

# Меню на «03» марта 2023г.

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 12  
Н.М.Абусева



Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1,5-3 лет	Пищевые вещества			Вес блюда 3-7лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность		№ рецепту ры	Стоимость блюда	
			белки	жиры	углев оды		белки	жиры	углеводы	1,5-3 лет	3-7лет		1,5-3	3-7
Завтрак	Кашица молочная													
	молоч. с яблоком	150	4,1	4,4	14,9	200	9,1	4	24,9	136	186	56		
	Керемчи каша	180	0,12	-	6,8	180	0,52	-	8,4	34,6	64,6	252		
	Хлеб шениш	20	1,08	1,2	13,8	25	1,08	1,2	13,8	61,8	68,8			
	с маслом	5	0,1	3,8	0,1	4	0,1	3,8	0,1	44,6	44,6			
итого		355	8,4	9,4	40,6	412	10,8	12	52,2	220	360			
Второй завтрак	Вск 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	Линзовое с-м с рисом	40	0,8	2	6,3	50	1,5	2,5	11,6	57	90,5	10		
	Суп с капустой													
	картофельное с овощами	150	1,65	2,45	18,55	180	2,9	8,9	28,85	109,4	159,8	42,109		
	овощной бульон	160	4,5	4,45	14,9	200	9,9	10,5	28,45	180,3	259,4	298		
	Каша рисовая	55	3	1,1	21,3	43	3	1,1	21,1	48,4	48,4			
	с маслом	150	0,4	-	4,05	180	2,5	-	11,05	31,2	416	233		
итого		555	13,65	13	68,1	683	18,8	23	91,35	456,3	630			
Полдник	Лимонное с яблоком	50	3,8	4	16,1	40	3,9	6,35	16,1	104,5	105,8	454,453		
	Печенье	150	2,5	3,05	14,35	180	4,3	2,65	23,05	102,5	164,2	401		
итого		200	6,3	4,05	30,45	250	8,2	9	39,15	210	240			
Итого за весь день:		1260	30,45	29,55	149,3	1525	40,5	44,8	195,45	1016,3	1350		89,45	1131,68