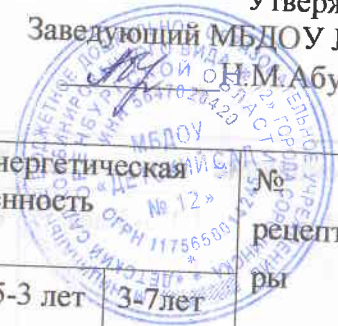


Неделя
День

Меню на « 6 » марта 2023 г.

Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 12
Н.М. Абусева



Приём пищи	Наименование блюда	Пищевые вещества				Пищевые вещества				Энергетическая ценность		№ рецептуры	Стоимость блюда	
		Вес блюда 1,5-3 лет	белки	жиры	углевод. оды	Вес блюда 3-7 лет	белки	жиры	углевод. оды	1,5-3 лет	3-7 лет		1,5-3	3-7
										1,5-3 лет	3-7 лет		1,5-3	3-7
Завтрак	Халва кукур. с мае	130	4,2	1,2	14,8	200	5,6	2	24,4	26,4	150,4	168		
	Дино варенье	40	1,3	1,5	0,4	40	2,3	3,3	0,4	32,5	38,5	209		
	Каша с сахаром	180	0,12	-	6,4	180	0,12	-	4,4	28,6	38,6	392		
	Хлеб пшенич.	20	1,08	1,2	15,8	25	1,08	1,2	15,8	61,8	61,8			
	Сливки	5	0,1	3,8	0,1	4	0,1	3,8	0,1	44,6	44,6			
	Сыр	15	1,6	1,4	0,1	22,5	1,6	1,4	0,1	26,1	26,1			
Итого		410	8,4	9,4	40,6	444,5	10,8	12	52,2	280	360			
Второй завтрак	Сок фрукт.	130	2,1	0,1	10,15	180	2,4	0,8	13,05	40	90			
Итого		130	2,1	0,1	10,15	180	2,4	0,8	13,05	40	90			
Обед	С-Т из каш/шарк. р/ш	40	0,8	2	3,3	50	0,9	2,5	9,1	34,4	54,5	13		
	Дин. варенье и каша	150	1,8	3,65	11,3	180	2,3	4,8	13,4	86,5	106,5	5		
	Хлеб пшенич.	50	4,8	4,4	5,8	40	4,3	9,3	8,3	141,6	210,9	246		
	Вареники. овари.	110	3,6	1,9	22,8	130	3,9	2,3	28,4	84,6	135,1	314		
	Хлеб ржаной	55	3	1,1	21,3	43	3	1,1	21,1	48,4	48,4			
	Хлеб пшенич.	150	0,4	-	4,05	180	1,5	-	11,05	31,2	41,6	233		
Итого		555	14,4	16,35	41,05	683	18,9	23	91,35	490	630			
Полдник	Молоко	130	2,5	3,05	14,35	180	4,3	2,65	23,65	104,2	164,2	400		
Итого		50	3,8	6,35	26,1	40	3,8	6,35	16,1	105,8	105,8			
Итого за весь день:		200	6,3	9,4	30,45	230	8,1	9	39,15	210	240			
		1315	31,5	35,25	152,25	1584,5	40,5	44,8	195,45	1050	1350			

91,96 113,05