

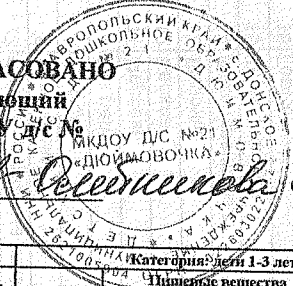
Меню 12.12 2024 г

СОГЛАСОВАНО

Заведующий

МКДОУ Д/с №

*Олеся Семеновна В.В.*



День 4		Категория: дети 3-7 лет					Категория: дети 1-3 лет				
№ рецепта	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Эн. ценность, ккал	Выход, г	Пищевые вещества			Эн. ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>											
220	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	180	7,8	4,1	43,1	240,9	150	6,5	3,4	35,9	200,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	20	1,5	0,1	10,0	47,4
411	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,0	0,0	9,7	38,7	180/8	0,0	0,0	7,7	31,0
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>10,1</b>	<b>4,3</b>	<b>67,9</b>	<b>350,6</b>	<b>358</b>	<b>8,0</b>	<b>3,5</b>	<b>53,6</b>	<b>279,2</b>
<b>II Завтрак</b>											
	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0	100	0,4	0,4	9,8	47,0
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47,0</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47,0</b>
<b>Обед</b>											
	ОВОЩИ СОЛЕНЫЕ (	50	0,4	0,1	0,9	6,5	40	0,3	0,0	0,7	5,2
87	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С ГРЕНКАМИ	180/20	6,4	4,1	28,8	177,4	150/10	4,6	3,3	19,0	124,3
271	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	70/30	9,7	5,1	9,4	122,7	50/20	6,9	3,5	6,6	86,0
336	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130/3	2,5	2,9	20,5	118,6	120/3	2,3	2,9	19,0	111,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	20	1,3	0,2	8,5	40,8
394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,5	0,1	28,5	117,9	150	0,5	0,1	23,8	98,3
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>723</b>	<b>23,8</b>	<b>12,8</b>	<b>115,9</b>	<b>675,3</b>	<b>583</b>	<b>17,4</b>	<b>10,1</b>	<b>87,6</b>	<b>513,4</b>
<b>Полдник</b>											
443	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	5,5	9,7	39,9	268,6	50	3,9	6,9	28,5	191,9
438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,1	0,1	23,8	97,2	150	0,1	0,1	19,8	81,0
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>5,6</b>	<b>9,8</b>	<b>63,7</b>	<b>365,8</b>	<b>200</b>	<b>4,0</b>	<b>7,0</b>	<b>48,3</b>	<b>272,9</b>
	<b>Всего за день:</b>		<b>39,9</b>	<b>27,3</b>	<b>257,3</b>	<b>1 438,7</b>		<b>29,8</b>	<b>21,0</b>	<b>199,3</b>	<b>1 112,5</b>

Индивидуальный предприниматель

