

Меню 19.11.2024 г

СОГЛАСОВАНО
ЗАВЕДУЮЩИЙ МКДОУ д/с № 4
Ев. Давыдова

День 7

№ рецепт	Наименование блюда	Категория: дети 3-7 лет						Категория: дети 1-3 лет				
		Выход, г	Пищевые вещества			Эн. ценность, ккал	Выход, г	Пищевые вещества			Эн. ценность, ккал	
			Белки, г	Жиры, г	Углевод.ы, г			Белки, г	Жиры, г	Углевод.ы, г		
Завтрак												
100	СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	180	4,1	3,5	15,8	111,5	150	3,4	2,9	13,2	93,1	
6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,2	0,1	37,5	5	0,1	4,2	0,1	37,5	
	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	
	Итого за прием пищи:	405	6,5	7,9	40,7	258,7	363	5,0	7,2	31,0	209,0	
II Завтрак												
418	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100	0,5	0,1	9,8	41,7	100	0,5	0,1	9,8	41,7	
	Итого за прием пищи:	100	0,5	0,1	9,8	41,7	100	0,5	0,1	9,8	41,7	
Обед												
	ОВОЩИ СОЛЕННЫЕ ()	50	0,4	0,1	0,9	6,5	40	0,3	0,0	0,7	5,2	
86	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ РИСОВОЙ	180	1,7	2,4	14,8	88,1	150	1,4	2,0	12,3	73,1	
261	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	70/30	13,6	3,7	3,3	101,2	50/20	9,6	2,5	2,0	69,2	
339	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130/3	2,7	3,3	18,4	114,7	120/3	2,5	3,2	17,1	107,7	
	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	
	Итого за прием пищи:	703	23,2	10,1	93,7	560,6	573	17,1	8,1	74,4	441,7	
Подник												
492	КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ	70	4,7	8,1	46,2	276,5	50	3,3	5,8	33,0	197,4	
412	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/10/7	0,1	0,0	9,9	41,0	150/7/3	0,0	0,0	6,9	28,2	
	Итого за прием пищи:	267	4,8	8,1	56,1	317,5	210	3,3	5,8	39,9	225,6	
Индивиду	Всего за день:		35,0	26,2	200,3	1 178,5		25,9	21,2	155,1	918,0	

