

Меню 28.11 2024 г

СОГЛАСОВАНО  
Заседующий  
МКДОУ д/с № 4 "Детский сад № 4"  
*Сидорова Е.А.*

| № рецепта              | 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 |
|                        |   |                         | Белок, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                    |            | Белок, 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>            |   |                         |                  |             |              |                    |            |                         |             |              |                    |
| <b>ОВОЩИ СОЛЕНЫЕ (</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

