

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ № 57 _____ Осокина Р.Е

1 день

25.10.2021

Меню Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя1 день1								
Завтрак	Каша рисовая молочная	150	4,16	5,60	19,56	1,46	144,00	№173
	Бутерброд с маслом	20/4	1,54	3,46	9,75	0,00	78,00	№1
	Чай	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263
	Пряник	20	1,18	0,94	15,00	0,00	73,20	№603
Итого за завтрак			6,88	10,00	44,31	1,46	295,20	
Дополнительный завтрак	Сок яблочный	150	0,90	0,00	18,18	3,60	76,00	№301
ИТОГО			7,78	10,00	62,49	5,06	371,20	
Обед	Суп вермишелевый на мясном бульоне	200	4,30	3,90	17,51	4,83	105,60	№38
	Котлета мясная	50	7,03	5,73	5,11	0,58	99,38	№161
	Гарнир гречневый	100	5,82	3,62	30,00	0,00	176,00	№127
	Соус белый основной	30	0,22	1,20	1,72	0,74	16,48	№460
	Закуска: огурец соленый	45	0,36	0,05	1,13	4,50	6,30	№70
	Компот изюм - чернослив	180	0,43	0,00	21,42	0,36	81,00	№241
	Хлеб украинский	40	3,30	0,60	16,70	0,00	87,00	№ 120
	Хлеб пшеничный	40	3,60	0,70	17,60	0,00	92,00	№ 122
Итого за обед			25,06	15,80	111,19	11,01	663,76	
Полдник	Яйцо отварное	1шт	5,10	4,60	0,30	0,00	63,00	№209
	Бутерброд с малом и сыром	20/4/9	3,61	5,40	9,75	0,14	106,00	№3
	Какао на молоке	150	1,00	1,08	10,83	0,83	75,00	№248
	Фрукт (яблоко)	100		0,40	9,80	10,00	47,00	№390
Итого за полдник			9,71	11,48	30,68	10,97	291	
ИТОГО за день			49,43	47,28	248,67	28,50	1621,16	

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ № 57 _____ Осокина Р.Е

1 день

25.10.2021

Меню сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя1 день1								
Завтрак	Каша рисовая молочная	200	6,21	7,47	25,09	1,95	192,00	№173
	Бутерброд с маслом	30/5гр	2,30	4,36	14,62	0,00	108,00	№1
	Чай	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263
	печенье сахарное	60	3,84	3,06	48,75	0,00	237,90	№603
Итого за завтрак			12,35	14,89	88,46	1,95	537,90	
Дополнительный завтрак	Сок яблочный	150	0,90	0,00	18,18	3,60	76,00	№301
ИТОГО			13,25	14,89	106,64	5,55	613,90	
Обед	суп вермишелевый на мясном бульоне	250	6,45	5,16	21,92	6,05	148,87	№38
	Котлета мясная	70	9,84	8,02	7,16	0,81	139,13	№161
	Гарнир гречневый	150	8,73	5,43	45,00	0,00	264,00	№127
	Соус белый основной	50	0,36	2,00	2,86	1,23	27,46	№460
	Закуска: огурец соленый	60	0,48	0,06	1,50	6,00	8,40	№70
	Компот изюм - чернослив	200	0,48	0,00	23,80	0,40	90,00	№241
	Хлеб украинский	50	3,30	0,60	16,70	0,00	87,00	№тех.карта 120
	Хлеб пшеничный	50	3,60	0,70	47,60	0,00	92,00	№тех.карта 122
Итого за обед			33,24	21,97	166,54	14,49	856,86	
Полдник	Яйцо отварное	1	5,10	4,60	0,30	0,00	63,00	№209
	Бутерброд с малом и сыром		5,06	7,00	14,62	0,19	145,00	№3