

Утверждаю:  
Заведующая МБДОУ  
«Детский сад №8  
«Лесная сказка»  
В.Шагуч

**МЕНЮ**

18.02.2022

| Прием<br>пищи        | Наименование<br>блюда              | Вес<br>блю<br>да<br>если<br>сад | Пищевые вещества |                  |                  | Энергетическая<br>ценность | №<br>Рецепту<br>ры |
|----------------------|------------------------------------|---------------------------------|------------------|------------------|------------------|----------------------------|--------------------|
|                      |                                    |                                 | Б                | Ж                | У                |                            |                    |
| 1 неделя<br>5 день   |                                    |                                 |                  |                  |                  |                            |                    |
| Завтрак              | Каша гречневая<br>молочная жидкая  | 180/<br>200                     | 4.84<br>5.0      | 7.05<br>7.89     | 8.02<br>11.27    | 136.08<br>138.02           | №<br>263           |
|                      | Кофейный<br>напиток с<br>молоком   | 160/<br>200                     | 4.7<br>5.38      | 4.110<br>4.7     | 12.58<br>16.67   | 108.25<br>132.83           | №<br>514           |
|                      | Хлеб пшеничный<br>с маслом         | 20/<br>530/<br>6                | 1.838<br>2.667   | 1.615<br>2.135   | 11.169<br>16.208 | 66.673<br>94.948           | №59                |
| Итого<br>завтрак     |                                    |                                 | 11.378<br>13.047 | 12.775<br>14.725 | 31.769<br>44.148 | 311.003<br>365.798         |                    |
| 2-й<br>завтрак       | Сок фруктовый                      | 180/<br>180                     | 0.594<br>0.666   | 0.110<br>126     | 18.9<br>21.24    | 79.2<br>89.1               | №55                |
|                      | Обед                               |                                 |                  |                  |                  |                            |                    |
|                      | Борщ со свежей<br>капустой         | 180/<br>200                     | 2.65<br>3.12     | 5.16<br>5.31     | 14.74<br>18.09   | 80.93<br>88.97             | №1                 |
|                      | Котлеты,<br>биточки из<br>говядины | 70/<br>75                       | 10.78<br>11.84   | 9.54<br>10.53    | 1.6<br>1.87      | 135.44<br>149.27           | №<br>382           |
|                      | Пюре<br>картофельное               | 140/<br>160                     | 3.09<br>3.051    | 4.27<br>4.82     | 20.96<br>23.35   | 135.02<br>151.36           | №<br>441           |
|                      | Зеленый горошек                    | 55/<br>95                       | 2.576<br>3.02    | 0.16<br>0.21     | 5.48<br>6.34     | 33.28<br>39.0              | №<br>ТТК           |
|                      | Хлеб пшеничный                     | 20/<br>20                       | 1.58<br>1.58     | 0.2<br>0.2       | 9.66<br>9.66     | 47.0<br>47.0               | №59                |
|                      | Хлеб ржанной                       | 40/<br>50                       | 3.08<br>3.85     | 0.56<br>0.7      | 15.08<br>19.0    | 80.4<br>100.5              | №58                |
|                      | Компот из<br>свежих яблок          | 160/<br>200                     | 0.14<br>0.146    | 0.14<br>0.146    | 12.41<br>13.55   | 53.36<br>58.06             | №46                |
| Итого<br>обед        |                                    |                                 | 23.896<br>23.587 | 20.03<br>21.706  | 79.858<br>85.52  | 565.43<br>595.16           |                    |
| Полд<br>ник          | Рыбные тефтели                     | 70/<br>85                       | 12.45<br>15.41   | 3.59<br>5.12     | 5.51<br>8.51     | 104.48<br>141.95           | №<br>261           |
|                      | Томатный соус                      | 30<br>/40                       | 0.32<br>0.47     | 1.110<br>1.19    | 2.04<br>2.83     | 19.54<br>24.26             | №<br>456           |
|                      | Макароны<br>отварные               | 90/<br>140                      | 3.17<br>5.08     | 3.35<br>4.34     | 19.2<br>30.84    | 119.68<br>182.9            | №<br>432           |
|                      | Икра из отварной<br>моркови        | 80/<br>90                       | 1.94<br>2.0      | 5.62<br>6.65     | 11.44<br>13.33   | 104.42<br>122.12           | №<br>133           |
|                      | Хлеб пшеничный                     | 18/<br>19                       | 1.422<br>1.5.1   | 0.18<br>0.19     | 8.694<br>9.177   | 42.3<br>44.65              | №59                |
|                      | Чай с сахаром                      | 160/<br>200                     | 0.000<br>0.000   | 0.000<br>0.000   | 5.01<br>8.01     | 21.05<br>33.05             | №<br>505           |
| Итого<br>полд<br>ник |                                    |                                 | 19.302<br>24.461 | 13.85<br>17.49   | 51.894<br>72.697 | 411.47<br>548.93           |                    |