

Утверждаю

Заведующий МБДОУ "Детский сад №8
"Лесная сказка"

В.Я. Шагуч

Меню приготавливаемых блюд

19.04.2022

День: вторник

Неделя: вторая, 2-й день

возрастная категория: сад

N рецепту ры	Наименов ание блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	Витамины , мг			Минеральные	
			Б	Ж	У		В1B1	В2B2	С	Са	Fe
	Неделя 2 День 2 Завтрак										
26	Каша пшённая молочная жидкая	180	8,000	8,850	30,000	240,560	0,190	0,070	1,400	100,000	0,900
59	Хлеб пшеничный	30	2,370	0,300	14,490	70,500	0,030	0,009	0,500	16,000	0,390
63	Масло сливочное	6	0,050	4,300	0,080	38,820	0,030	0,006	2,500	0,720	0,020
33	Сыр порционны й	13,5	3,480	4,420	0,000	54,600	0,005	0,054	0,100	135,000	0,130
49	Чай с сахаром	180	0,000	0,000	7,209	29,745	0,000	0,000	0,000	1,250	0,100
	итого за завтрак	409,50	13,900	17,870	51,779	434,225	0,255	0,139	4,500	252,970	1,540
	2-й завтрак										
62	Фрукты свежие	90	0,500	0,500	9,800	47,000	0,030	0,020	13,000	20,800	2,900
	итого за 2-й завтрак	90	0,500	0,500	9,800	47,000	0,030	0,020	13,000	20,800	2,900
	обед										
2	Свекольник	200	2,170	3,320	13,550	97,180	0,050	0,050	7,800	20,200	0,220
9	Котлеты из говядины	75	11,660	8,660	11,780	149,270	0,070	0,120	0,110	27,300	1,900
19	Макароны	42	4820,000	4120,000	26210,000	173.750	0.050	0.014	0.014	5.300	0.700
59	Хлеб пшеничный	30	2,370	0,300	14,490	70,500	0,030	0,009	0,500	16,000	0,390
58	Хлеб ржаной(рж ано- пшеничный)	50,961	2,970	0,540	15,000	78,300	0,081	0,036	0,000	15,800	1,760
46	Компот из сухофрукто в	180	0,639	0,135	13,810	56,880	0,060	0,010	2,000	28,000	1,000
	итого за обед	577,961	4839,809	4132,955	26278,630	452,130	0,291	0,225	10,410	107,300	5,270
	Полдник										
31	Пудинг из творога с рисом	110	19,690	11,460	14,020	256,470	0,050	0,270	0,300	140,000	0,100
41	Соус сметанный	40	1,100	4,130	4,590	40,536	0,090	0,020	0,300	16,900	0,020
49	Йогурт	222,077	6,200	4,850	8,500	102,800	0,060	0,300	1,200	238,000	0,200
	Итого за полдник	372,077	26,990	20,440	27,110	399,806	0,200	0,590	1,800	394,900	0,320
	Итого за день:	1449,54	4881,199	4171,765	26367,319	1333,161	0,776	0,974	29,710	775,970	10,030