

МЕНЮ

21.02.2022

Утверждаю:

Заведующая МБДОУ

Детский сад №8

«Лесная сказка»

В.Я. Шагуч



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда если/сад	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ Рецептуры
2 неделя 1 день			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	180/200	6.49 7.37	7.21 8.12	24.31 24.7	189.36 201.98	№277
	Кофейный напиток с молоком	160/200	4.7 5.38	4.110 4.7	12.58 16.67	108.25 132.83	№514
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5 30/6	1.838 2.667	1.615 2.135	11.169 16.208	66.673 94.948	№59
	Отварное яйцо	40/40	5.1	4.6	0.3	63.0	№209
Итого завтрак			18.128 20.517	17.535 19.555	48.359 54.878	427.283 481.388	
2-й завтрак	Сок фруктовый	160/160	0.594 0.666	0.110 0.126	18.9 21.24	79.2 89.1	№55
Обед	Суп (полевой)	180/200	3.85 4.91	7.07 8.84	11.81 15.26	126.77 160.77	№157
	Котлета из курицы	60/70	11.86 13.92	12.28 14.59	6.03 7.14	185.47 215.59	№422
	Гречневая каша	95/135	3.82 5.74	4.25 4.89	17.19 25.76	122.14 169.14	№
	Зеленый горошек	50/95/	2.576 0.9	0.16 0.5	5.48 1.3	33.28 7.2	№ТТК
	Хлеб пшеничный	20/30	1.58 1.58	0.2 0.2	9.66 9.66	47.0 47.0	№59
	Хлеб ржанной	40/50	3.08 3.85	0.56 0.7	15.08 19.0	80.4 100.5	№58
	Компот из сухофруктов	160/200	0.58 0.71	0.12 0.15	19.52 24.56	80.5 101.14	№241
Итого обед			29.376 30.19	26.48 31.07	79.818 82.36	681.73 730.12	
Полдник	Картофель отварной	110/125	2.32 2.59	4.13 6.68	18.45 20.86	131.22 143.5	№318
	Икра из отварной морюви	75/80	1.41 1.58	4.61 6.34	7.9 9.15	80.07 99.46	№133
	Булочка	60/70	5.82 6.9	2.22 2.61	31.8 38.43	170.66 204.92	№588
	Фрукты Свежие	123/130	0.5 0.52	0.5 0.52	12.05 12.74	58.0 61.1	№126
	Хлеб пшеничный	20/20	1.422 1.51	0.18 0.19	8.694 9.177	42.3 44.65	№59
	Чай с сахаром	160/200	0.000 0.000	0.000 0.000	5.01 8.01	21.05 33.05	№505
Итого полдник			11.63 16.0	14.21 16.34	84.87 98.367	520.28 586.68	