

16.06.2022г.

Меню приготавливаемых блюд

Утверждаю
Заведующий МБДОУ Детский сад №8
И.Я.Шагуч

День: четверг
Неделя: вторая, 4-й день
возрастная категория: ясли

N рецепту ры	Наимено вание блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
	Начало 2 День 4 Завтрак										
24	Каша овсяная молочная жидкая	150	6,090	6,920	21,190	172,410	0,080	0,180	2,150	139,000	0,500
59	Хлеб пшенич ный	20	1,580	0,200	9,660	47,000	0,020	0,006	0,500	4,000	0,260
63	Масло сливочно е	5	0,040	3,600	0,060	32,350	0,003	0,005	2,500	0,600	0,010
51	Кофеи на напиток с молоком	160	4,350	4,110	17,200	121,000	0,030	0,130	1,100	100,000	0,100
	итого за завтрак	335,00	12,060	14,830	48,110	372,760	0,133	0,321	6,250	243,600	0,870
	2-й завтрак										
62	Фрукты свежие	85	0,400	0,400	9,280	44,000	0,030	0,020	13,000	20,800	2,900
	итого за 2-й завтрак	85	0,400	0,400	9,280	44,000	0,030	0,020	13,000	20,800	2,900
	обед										
3	Суп картофел ный с бобовым и	180	4,950	2,280	16,650	107,540	0,100	0,040	6,200	13,700	0,700
7	Гуляш из говядины	90	11,600	9,170	2,950	196,630	0,050	0,110	0,620	11,900	0,200
64	Свежий огрец	50	0,900	0,500	1,300	0,020	0,020	5,000	11,500	7,200	
23	Макарон ные изделия	110	3,860	4,080	23,420	146,000	0,030	0,009	0,009	3,400	0,500
59	Хлеб пшенич ный	20	1,580	0,200	9,660	47,000	0,020	0,006	0,500	4,000	0,260
58	Хлеб ржаной (ржано- пшенич ный)	36	2,380	0,430	12,000	62,640	0,065	0,029	0,000	12,600	1,600
47	Кисель из сухофрукт ов	160	0,670	0,500	21,440	88,800	0,000	0,000	0,000	1,000	0,100
	итого за обед	646	25,940	17,160	87,420	648,630	0,285	5,194	18,829	53,800	3,360
	Полдник										
30	Запеканка из творога	80	10,420	10,880	6,200	209,710	0,040	0,300	0,400	178,000	0,600
40	Соус молочны й	30	0,890	2,055	4,460	40,100	0,010	0,030	0,220	27,000	0,030
44	кефир	150	4,200	3,620	5,800	76,850	0,080	0,340	1,400	140,000	0,200
	Итого за полдник	260	15,510	16,555	16,460	326,660	0,130	0,670	2,020	345,000	0,830
	Итого за день:	1326,00	53,910	48,945	161,270	1392,050	0,578	6,205	40,099	663,200	7,960