

25.07.2022г.

Меню приготавливаемых блюд

Заведующий МБДОУ "Детский сад №8

Песчаный

Л.Я.Шагуч

День: понедельник
Неделя: вторая, 1-й день
возрастная категория: ясли

N рецепт уры	Наименова ние блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			Б	Ж	У		В ₁	В ₂	С	Са	Fe
	Неделя 2 День 1 Завтрак										
25	Каша манная молочная	150	5,400	6,000	20,250	157,800	0,070	0,100	1,200	119,000	0,400
59	Хлеб пшеничный	20	1,580	0,200	9,660	47,000	0,020	0,006	0,500	4,000	0,260
63	Масло сливочное	5	0,040	3,600	0,060	32,350	0,003	0,005	2,500	0,600	0,010
51	Кофейный 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	11,370	13,910	47,170	358,150	0,123	0,241	5,300	223,600	0,770
	2-й завтрак										
55	Сок фруктовый	150	0,000	0,000	18,000	75,000	0,010	0,010	2,000	7,000	1,400
	итого за 2-й завтрак	150	0,000	0,000	18,000	75,000	0,010	0,010	2,000	7,000	1,400
	обед										
4	Суп полевой	180	3,200	5,890	9,840	105,600	0,040	0,030	6,700	18,900	0,500
13	Котлеты из курицы	60	11,860	12,280	6,030	185,470	0,700	0,110	1,040	26,000	0,800
22	гречневая каша	110	4,410	4,900	19,850	141,000	0,120	0,070	0,000	8,500	0,700
64	Свежий огрец	50	0,900	0,500	1,300	0,020	0,020	5,000	11,500	7,200	
59	Хлеб пшеничный	20	1,580	0,200	9,660	47,000	0,020	0,006	0,500	4,000	0,260
58	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	36	2,380	0,430	12,000	62,640	0,065	0,029	0,000	12,600	1,600
46	Компот из сухофруктов	160	0,580	0,120	16,520	60,500	0,010	0,060	0,500	56,900	1,000
	итого за обед	616	24,910	24,320	75,200	602,230	0,975	5,305	20,240	134,100	4,860
	Полдник										
49	Чай с сахаром	160	0,000	0,000	10,000	20,500	0,000	0,000	0,000	0,750	0,060
56	Пирожок с повидлом	75	6,400	3,180	45,900	220,200	0,040	0,040	0,100	11,000	0,700
62	Фрукты свежие	85	0,380	0,380	9,270	44,660	0,060	0,020	9,000	155,800	0,090
	Итого за полдник	320	6,780	3,560	65,170	285,360	0,100	0,060	9,100	167,550	0,850
	Итого за день:	1421,00	43,060	41,790	205,540	1320,740	1,208	5,616	36,640	532,250	7,880