



Меню приготавливаемых блюд  
27.03.2024г

День: среда  
Неделя: первая, 3-й день  
возрастная категория: сад

| N рецептур | Наименование блюда                      | Вес блюда | Пищевые вещества |        |         | Энергетическая | Витамины, мг   |                |        | Минеральные |        |
|------------|-----------------------------------------|-----------|------------------|--------|---------|----------------|----------------|----------------|--------|-------------|--------|
|            |                                         |           | Б                | Ж      | У       |                | B <sub>1</sub> | B <sub>2</sub> | C      | Ca          | Fe     |
|            | Неделя 1<br>День 3<br>Завтрак           |           |                  |        |         |                |                |                |        |             |        |
| 38         | Омлет                                   | 130       | 17,650           | 16,070 | 3,020   | 203,650        | 0,080          | 0,440          | 0,400  | 106,000     | 2,000  |
| 64         | тыква<br>кабачковая<br>консервированная | 120       | 0,510            | 3,310  | 2,540   | 43,260         | 0,002          | 0,020          | 6,000  | 13,800      | 0,400  |
| 33         | Сыр в порционной нарезке                | 13        | 3,480            | 4,420  | 0,000   | 54,600         | 0,005          | 0,054          | 0,100  | 135,000     | 0,130  |
| 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  |
| 52         | Кофейный напиток на молоке 2-й вид      | 180       | 4,950            | 4,270  | 19,900  | 139,140        | 0,040          | 0,160          | 1,300  | 126,000     | 0,100  |
|            | итого за завтрак                        | 479,00    | 29,010           | 32,670 | 40,030  | 549,970        | 0,187          | 0,689          | 10,800 | 397,520     | 3,040  |
|            | 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                                    |           |                  |        |         |                |                |                |        |             |        |
| 3          | Суп картофельный с беби-картошкой       | 200       | 5,940            | 2,740  | 19,950  | 128,000        | 0,160          | 0,050          | 7,900  | 15,200      | 0,300  |
| 11         | Пудинг из говядины                      | 70        | 16,090           | 17,270 | 0,800   | 222,710        | 0,050          | 0,130          | 0,000  | 22,800      | 1,200  |
| 21         | пюре картофельное                       | 140       | 3,090            | 4,270  | 20,960  | 135,020        | 0,140          | 0,110          | 5,400  | 41,600      | 1,100  |
| 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(ржаной)                     | 45        | 2,970            | 0,540  | 15,000  | 78,300         | 0,081          | 0,036          | 0,000  | 15,800      | 1,760  |
| 46         | Компот из сухофруктов                   | 180       | 0,639            | 0,135  | 13,810  | 56,880         | 0,060          | 0,010          | 2,000  | 28,000      | 1,000  |
|            | итого за обед                           | 665       | 30,589           | 25,255 | 85,010  | 691,410        | 0,521          | 0,345          | 15,800 | 139,400     | 5,750  |
|            | Полдник                                 |           |                  |        |         |                |                |                |        |             |        |
| 17         | Кнели рыбная в томате                   | 170       | 13,300           | 7,200  | 6,300   | 143,000        | 0,090          | 0,070          | 4,700  | 35,000      | 0,900  |
| 59         | Хлеб пшеничный                          | 20        | 1,580            | 0,200  | 9,660   | 47,000         | 0,020          | 0,006          | 0,500  | 4,000       | 0,260  |
| 49         | Чай с сахаром                           | 180       | 0,000            | 0,000  | 7,209   | 29,745         | 0,000          | 0,000          | 0,000  | 1,250       | 0,100  |
| 62         | Фрукты свежие                           | 90        | 0,500            | 0,500  | 9,800   | 47,000         | 0,030          | 0,020          | 13,000 | 20,800      | 2,900  |
| 61         | Кондитерское изделие (печенье)          | 45        | 2,000            | 2,720  | 20,960  | 166,840        | 0,030          | 0,020          | 0,000  | 11,600      | 0,800  |
|            | Итого за полдник                        | 505       | 14,880           | 7,400  | 53,929  | 433,585        | 0,170          | 0,116          | 18,200 | 72,650      | 4,960  |
|            | Итого за день:                          | 1799,00   | 74,479           | 65,325 | 196,969 | 1749,965       | 0,888          | 1,160          | 46,800 | 616,570     | 15,150 |