Утверждаю:

Заведующий МКДОУ "Детский сад №8 "Лесная сказка"

_____ В.Н.Шагуч

Меню приготавливаемых блюд

07.03.2024г

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			Б	Ж	У		$B_{1кг}$	B_{200}	С	Са	Fe
	Неделя 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 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	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 картофельный с бобовыми	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	0,300
23	Макаронные изделия	110	3,860	4,080	23,420	146,000	0,090	0,009	0,009	3,400	0,500
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)	35	2,380	0,430	12,000	62,640	0,065	0,029	0,000	12,600	1,600
47	Кисель из сухофруктов	160	0,670	0,500	21,440	88,800	0,000	0,000	0,000	1,000	0,200
	итого за обед	596	25,040	16,660	86,120	648,610	0,265	0,294	7,329	46,600	3,360
	Полдник										
30	Запеканка из творога	80	19,420	10,880	6,200	209,720	0,040	0,300	0,400	176,000	0,600
40	Соус молочный	30	0,890	2,055	4,450	43,100	0,010	0,010	0,220	27,000	0,030
44	кефир	150	4,200	3,620	5,800	76,850	0,090	0,340	1,400	140,000	0,200
	Итого за полдник	260	15,510	16,555	16,450	326,660	0,130	0,670	2,020	345,000	0,830
	Итого за день:	1276,00	53,010	48,445	159,970	1392,030	0,558	1,205	28,599	656,000	7,960