Утверждаю:
Заведующий МБДОУ "Детский сад №8 "Лесная сказка"
_____ В.Я.Шагуч

Меню приготавливаемых блюд

18.05.2024

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

N рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины , мг			Минеральные	
			Б	Ж	У		B_1	B_2	C	Ca	Fe
	Неделя 1 День 1 Завтрак										
29	Суп молочный с вермишелью	150	5,500	4,880	30,000	158,800	0,200	0,170	0,800	148,000	0,220
30	Чай с сахаром	160	0,000	0,000	10,000	20,500	0,000	0,000	0,000	0,750	0,060
31	Хлеб пшеничный	20	1,580	0,200	9,660	47,000	0,020	0,006	0,500	4,000	0,260
32	Масло сливочное	5	0,040	3,600	0,060	32,350	0,003	0,005	2,500	0,600	0,010
39	Отварное яйцо	40	5,100	4,600	0,300	63,000	0,030	0,180	0,000	22,000	0,800
40	**итого за завтрак**	375,00	**12,220**	**13,280**	**50,020**	**321,650**	**0,253**	**0,361**	**3,800**	**175,350**	**1,350**
	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**
56	**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										
1	Борщ со свежей капустой	180	1,100	2,940	8,900	105,500	0,040	0,030	6,180	27,800	0,900
14	Плов из отварной птицы	125	11,940	16,240	22,540	284,160	0,010	0,050	0,800	19,800	0,800
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
47	**итого за обед**	501	**16,000**	**19,730**	**59,960**	**512,800**	**0,125**	**0,169**	**7,480**	**117,100**	**4,300**
48	**Полдник**										
56	Пирожок с повидлом	75	6,400	3,180	45,900	220,200	0,040	0,040	0,100	11,000	0,700
57	Какао с молоком	160	4,650	3,940	17,330	124,610	0,030	0,130	1,950	99,000	0,600
58	Фрукты свежие	85	0,400	0,400	9,280	44,000	0,030	0,020	13,000	20,800	2,900
59	**Итого за полдник**	**320**	**11,450**	**7,520**	**72,510**	**388,810**	**0,100**	**0,190**	**15,050**	**130,800**	**4,200**
60	**Итого за день:**	**1346,00**	**39,670**	**40,530**	**200,490**	**1298,260**	**0,488**	**0,730**	**28,330**	**430,250**	**11,250**