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

Меню приготавливаемых блюд

День: вторник
Неделя: вторая, 2-й день
возрастная категория: сад 26.11.2024г.

N рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины , мг			Минеральные	
			Б	Ж	У		B_{181}	B_{282}	C	Ca	Fe
	Неделя 2 День 2 Завтрак										
26	Каша пшённая молочная жидкая	180	*8,000*	*8,850*	30,000	240,560	0,190	0,070	1,400	100,000	0,900
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
33	Сыр порционный	13	3,480	4,420	0,000	54,600	0,005	0,054	0,100	135,000	0,130
49	Чай с сахаром	180	0,000	0,000	7,209	29,745	0,000	0,000	0,000	1,250	0,100
	итого за завтрак	**409,00**	**13,900**	**17,870**	**51,779**	**434,225**	**0,255**	**0,139**	**4,500**	**252,970**	**1,540**
	2-й завтрак										
62	Фрукты свежие	90	*0,500*	*0,500*	9,800	47,000	0,030	0,020	13,000	20,800	2,900
	итого за 2-й завтрак	**90**	**0,500**	**0,500**	**9,800**	**47,000**	**0,030**	**0,020**	**13,000**	**20,800**	**2,900**
	обед										
2	Свекольник	200	2,170	3,320	13,550	97,180	0,050	0,050	7,800	20,200	0,220
9	Котлеты из говядины	75	11,660	8,660	11,780	149,270	0,070	0,120	0,110	27,300	1,900
19	Капуста тушеная	150	3,880	4,230	13,260	106,910	0,060	0,040	25,500	91,000	1,500
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(ржано-пшеничный)	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	**680**	**23,689**	**17,185**	**81,890**	**559,040**	**0,351**	**0,265**	**35,910**	**198,300**	**6,770**
	Полдник										
31	Пудинг из творога с рисом	110	19,690	11,460	14,020	256,470	0,050	0,270	0,300	140,000	0,100
41	Соус сметанный	40	1,100	4,130	4,590	40,536	0,090	0,020	0,300	16,900	0,020
49	Йогурт	200	6,200	4,850	8,500	102,800	0,060	0,300	1,200	238,000	0,200
	Итого за полдник	**350**	**26,990**	**20,440**	**27,110**	**399,806**	**0,200**	**0,590**	**1,800**	**394,900**	**0,320**
	Итого за день:	**1529,00**	**65,079**	**55,995**	**170,579**	**1440,071**	**0,836**	**1,014**	**55,210**	**866,970**	**11,530**