



"Детский сад №8

/В.Я.Шагуч

# Меню приготавливаемых блюд

День: четверг  
Неделя: первая, 4-й день  
возрастная категория: сад

27.03.2025г.

| N рецептур | Наименование блюда                       | Вес блюда | Пищевые вещества |        |         | Энергетическая ценность | Витамины, мг   |                |        | Минеральные |        |
|------------|------------------------------------------|-----------|------------------|--------|---------|-------------------------|----------------|----------------|--------|-------------|--------|
|            |                                          |           | Б                | Ж      | У       |                         | В <sub>1</sub> | В <sub>2</sub> | С      | Са          | Fe     |
|            | Неделя 1<br>День 4<br>Завтрак            |           |                  |        |         |                         |                |                |        |             |        |
| 26         | Каша пшеничная, молочная жидкая          | 180       | 8,030            | 7,250  | 27,050  | 203,540                 | 0,190          | 0,170          | 1,900  | 244,000     | 1,200  |
| 53         | Какао с молоком                          | 180       | 4,820            | 4,068  | 19,210  | 133,767                 | 0,040          | 0,160          | 2,200  | 124,000     | 0,800  |
| 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  |
|            | итого за завтрак                         | 396,00    | 15,270           | 15,918 | 60,830  | 446,627                 | 0,290          | 0,345          | 7,100  | 384,720     | 2,410  |
|            | 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                                     |           |                  |        |         |                         |                |                |        |             |        |
| 5          | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200       | 2,180            | 4,370  | 15,360  | 109,720                 | 0,030          | 0,010          | 0,800  | 7,800       | 0,400  |
| 12         | Тефтели говяжьи                          | 70        | 11,600           | 11,400 | 9,600   | 187,500                 | 0,030          | 0,080          | 0,500  | 12,600      | 0,900  |
| 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  |
|            | Кисель из сухофруктов                    | 180       | 0,800            | 0,060  | 25,720  | 106,560                 | 0,000          | 0,000          | 0,000  | 1,000       | 0,100  |
|            | итого за обед                            | 675       | 23,000           | 20,840 | 67,710  | 552,930                 | 0,231          | 0,175          | 27,300 | 143,200     | 4,950  |
|            | Полдник                                  |           |                  |        |         |                         |                |                |        |             |        |
| 30         | Запеканка из творога                     | 110       | 14,350           | 12,900 | 18,170  | 294,110                 | 0,090          | 0,400          | 0,500  | 237,000     | 0,800  |
| 40         | Соус молочный                            | 40        | 1,190            | 2,740  | 5,950   | 53,460                  | 0,014          | 0,050          | 0,300  | 36,000      | 0,060  |
| 44         | Кефир                                    | 195       | 5,630            | 4,850  | 7,760   | 102,820                 | 0,080          | 0,400          | 1,400  | 145,000     | 0,200  |
|            | Итого за полдник                         | 345       | 21,170           | 20,490 | 31,880  | 450,390                 | 0,184          | 0,850          | 2,200  | 418,000     | 1,060  |
|            | Итого за день:                           | 1506,00   | 59,940           | 57,748 | 170,220 | 1496,947                | 0,735          | 1,390          | 49,600 | 966,720     | 11,320 |