

Утверждено
Заведующий МБДОУ Аршановский
детский сад «Торгах»

Боргоякова Ю.В./

МЕНЮ

на 23.10.2024 года

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углево- ды		
Неделя _1_ День _3_							
завтрак	Макароны отварные	120	3.56	4.64	20.97	135.33	№87
	Яйцо вареное	40	5.1	4.6	0.3	63	№1
	Чай с сахаром	150	0.0	0.0	11.88	45.48	№72
	Бутерброд с маслом	20.5	1.54	3.46	9.75	78	№16
Итого		335	10.2	12.7	42.90	321.81	
II завтрак	Кисломолочный напиток	100	5.04	5.76	14.31	112.33	№95
Итого		100	5.04	5.76	14.31	112.33	
обед	Салат витаминный	34	0.6	1.42	1.65	22.5	№17
	Рассольник ленинградский	180	1.51	3.68	11.95	87.02	№82
	Тефтели	50	6.41	6.78	5.22	107.5	№64
	Капуста тушеная	110	3.13	3.31	21.38	129.6	№70
	Компот из сух.фр. с вит.С	150	0.23	0.0	21.01	81	№9
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.18	9.94	45.2	№101
	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	№101
Итого		564	14.34	15.51	81.11	515.62	
Полдник	Пирожок с картофелем	65	4.2	6.9	34.3	185.16	№500
	Молоко кипяченое	150	3.4	3.6	7.2	80	№96
Итого		215	7.6	10.5	31.5	265.16	
Итого за день:		1214	37.18	44.47	169.82	1214.92	

Третье блюдо витаминизируется ежедневно

Кладовщик

Ефремова С.С.

Ефремова С.С.

Утверждено
Заведующий МБДОУ Аршановский
детский сад «Торгак»
Бергеева Ю.В./



МЕНЮ

на 23.10 2024

Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углево- ды		
Неделя _1_ День _3_							
завтрак	Макароны отварные	150	5.34	6.96	31.45	188	№87
	Яйцо вареное	40	5.1	4.6	0.3	63	№1
	чай с сахаром	200	0.14	0.0	13.87	108	№72
	Бутерброд с маслом	30.5	2.3	4.36	14.62	108	№16
Итого		425	12.88	15.92	60.24	412.06	
II завтрак	Кисломолочный напиток	100	5.6	6.4	15.13	138.53	№95
Итого		100	5.6	6.4	15.13	138.53	
обед	Салат витаминный	50	0.71	1.94	2.25	30.8	№17
	Рассольник ленинградский	180	1.51	3.68	11.95	87.02	№82
	Тефтели	70	8.98	9.49	7.31	150.5	№64
	Картофельное пюре	150	3.73	5.13	24.27	160.15	№70
	Компот из с.фр .с вит.С	200	0.23	0.0	21.1	82.44	№9
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	14.91	67.8	№101
	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	№101
Итого		700	18.38	20.65	91.75	621.51	
Полдник	Пирожок с картофелем	80	5.2	8.5	29.9	231.58	№500
	Молоко кипяченое	200	4.5	4.8	9.6	106.6	№96
Итого		280	9.7	13.3	39.5	338.18	
Итого за день:		1505	46.56	56.27	206.62	1510.28	

Третье блюдо витаминизируется ежедневно

Кладовщик

Ефремова С.С.

Ефремова С.С.