

Утверждаю
Заведующий МБДОУ Аршановский
детский сад «Горгох»
Бортоякова Ю.В./



МЕНЮ

на 19.10 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 _5__							
завтрак	Каша рисовая	180	4.16	5.6	19.56	144	№50
	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		355	5.7	9.06	41.19	267.48	
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	Винегрет	40	0.7	1	5.7	24.5	№56
	Суп с рыбными консервами	150	4.24	5.2	20.24	112.80	№67
	Ленивые голубцы	50	4.42	2.83	6.26	68.33	№315
	Горошница	100	4.2	2.3	12.5	113	№296
	Компот 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		530	16.25	11.65	85.61	487.63	
Полдник	Булочка домашняя	40	7.09	7.73	33.01	230.16	№47
	Чай с лимоном	150	0.165	3.045	9.975	39.435	№32
Итого		190	7.25	10.77	42.98	269.59	
Итого за день:		1175	34.24	37.24	184.09	1137.03	

Третье блюдо витаминизируется ежедневно

Кладовщик

Ефремова С.С.

Ефремова С.С.

Утверждаю
Заведующий МБДОУ Аршановский
детский сад «Торгах»
Боргоякова Ю.В./



МЕНЮ
на 11.10 2024 года
Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углево- ды		
Неделя _1_ День _5_							
завтрак	Каша рисовая	200	4.16	5.6	19.56	144	№50
	Чай с сахаром	200	0.14	0.0	13.87	53.06	№72
	Бутерброд с маслом	30.5	2.3	4.36	14.62	108	№16
Итого		435	6.6	9.96	48.05	305.06	
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	Винегрет	60	1.02	1.8	6.52	36.2	№56
	Суп с рыбными консервами	200	5.3	6.5	25.3	150.3	№67
	Ленивые голубцы	70	5.21	3.33	7.47	80.81	№315
	Горошница	150	4.3	3.5	18.8	170	№296
	Компот с вит.С	200	0.23	0.0	21.01	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		730	19.28	15.54	103.97	630.35	
Полдник	Оладьи с повидлом	80.16	8.11	8.83	37.72	263.04	№47
	Чай с лимоном	180	0.22	4.06	13.3	52.58	№32
Итого		276	8.33	12.89	51.02	315.62	
Итого за день:		1541	39.81	44.79	218.17	1389.56	

Третье блюдо витаминизируется ежедневно

Кладовщик

Ефремова С.С.

Ефремова С.С.