

Утверждено
Заведующий МБДОУ Аршановский
детский сад «Торгах»
Боргеякова Ю.В./



МЕНЮ
на 16.10 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 __2__ День __8__							
завтрак	Каша геркулесовая	180	5.57	7.38	20.4	169.5	№86
	Чай с молоком	150	0.67	0.83	11.25	46.67	№76
	Бутерброд с маслом	20.5	1.54	3.46	9.75	78	№16
Итого		355	7.78	11.67	41.4	294.17	
II завтрак	Яблоко	100	0.40	0.40	9.80	44	№386
Итого		100	0.40	0.40	9.80	44	
обед	Салат свекольный	38	0.4	1.8	4.4	46.2	№13
	Щи из свежей капусты	150	2.95	4.8	6.87	94.49	№34
	Котлета мясная	60	15.42	12.41	3.96	189	№293
	Каша перловая рассыпчатая	100	2.8	3.38	19.69	117.53	№89
	Компот из сух. фру.с вит.С	150	0.23	0.0	21.01	82.44	№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		538	24.26	22.71	75.83	617.66	
Полдник	Ватрушка с творогом	60	2.26	3.73	10.42	162.9	№60
	Чай с лимоном	150	0.165	3.045	9.975	39.435	№32
Итого		210	2.42	6.77	20.39	202.33	
Итого за день:		1263	34.86	41.55	147.42	1158.16	

Третье блюдо витаминизируется ежедневно

Кладовщик

Ефремова С.С.

Ефремова С.С.

Утверждаю
Заведующий МБДОУ Аршановский
детский сад «Торгаш»

Боргоякова Ю.В./

МЕНЮ

на 16.10

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 _2_ День _8_							
завтрак	Каша геркулесовая	200	6.35	8.51	21.86	187	№86
	Чай с молоком	200	0.8	1.0	13.5	56	№76
	Бутерброд с маслом	30.5	2.3	4.36	14.62	108	№16
Итого		435	9.45	13.87	49.98	351	
II завтрак	Яблоко	100	0.40	0.40	9.80	44	№386
Итого		100	0,40	0,40	9,80	44	
обед	Салат свекольный	58	0,4	1,8	4,4	46,2	№13
	Щи из свежей капусты	200	3,68	7,07	8,58	118	№34
	Котлета мясная	80	20,63	16,30	5,24	250	№293
	Каша перловая рассыпчатая	130	3,7	4,4	25,6	152,8	№89
	Компот из сух.фр.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		718	31,86	29,98	89,7	760,04	
Полдник	Ватрушка с творогом	70	2	4,45	13,1	178	№60
	Чай с лимоном	180	0,22	4,06	13,3	52,58	№32
Итого		250	2,22	8,51	26,4	230,58	
Итого за день:		1583	43,93	52,76	275,88	1385,62	

Третье блюдо витаминизируется ежедневно

Кладовщик

Ефремова С.С.

Ефремова С.С.