

МЕНЮ

на 18.10. 2024 года
Возрастная категория: от 1 года до 1 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углево- ды		
Неделя _2_ День _10_							
завтрак	Каша рисовая	180	4,16	5,6	19,56	144	№50
	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	№416
	Бутерброд с маслом	20/5	1,54	3,46	9,75	78	№2
Итого		355	8,85	11,78	42,27	311	
II завтрак	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	44	№44
Итого							
обед	Винегрет	40	0,7	1	5,7	24,5	№56
	Лапша домашняя с курицей	150	0,8	4,35	9,5	167,8	№30
	Котлета мясная	60	8,93	6,74	8,97	132	№299
	Каша гречневая	100	5,5	4,83	24	153,8	№82
	Соус сметанный	20	0,28	0,99	1,17	14,82	№372
	Напиток из шиповника	150	0,51	0,21	14,23	61	№417
	Хлеб ржаной	20	1,52	0,18	9,94	45,2	№101
Итого		540	18,24	18,3	73,51	499,12	
Полдник	Макароны запеч.с сыром	155	7,10	7,01	29,63	210	№221
	Чай с молоком	150	0,67	0,83	11,25	46,67	№76
Итого		305	7,77	7,84	40,88	256,67	
Итого за день:		1300	35,26	38,32	166,46	1110,79	

Третье блюдо витаминизируется ежедневно

Кладовщик

Ефремова С.С.

Ефремова С.С.

Утверждаю
Заведующий МБДОУ Аршановский
детский сад «Горяк»
Бордюкова Ю.В./



на 18.10. 2024 года
МЕНЮ
Возрастная категория: от 7 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углево- ды		
Неделя _2_ День _10_							
завтрак	Каша рисовая	200	4,16	5,6	19,56	144	№50
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	№416
	Бутерброд с повидлом	55	2,49	3,93	27,56	155	№2
Итого		435	10,32	12,72	62,94	406	
II завтрак	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	44	№386
Итого		100	0,40	0,40	9,80	44	
обед	Винегрет	60	1,02	1,8	6,52	36,2	№56
	Лапша домашняя с курицей	200	1,2	6,35	16,8	191,3	№30
	Котлета мясная	80	11,92	8,80	11,64	173	№299
	Каша гречневая	130	7,2	5,8	31,2	200	№82
	Соус сметанный	30	0,42	1,50	1,76	22,23	№372
	Напиток из шиповника	180	0,61	0,25	18,67	79	№417
	Хлеб ржаной	40	2,28	0,27	14,91	67,8	№101
Итого		720	24,65	24,77	101,5	769,53	
Полдник	Макароны запеч.с сыром	205	9,56	8,58	39,24	272	№221
	Чай с молоком	200	0,8	1	13,5	56	№76
Итого		405	10,36	9,58	52,74	328	
Итого за день:		1660	45,73	47,47	226,98	1547,53	

Третье блюдо витаминизируется ежедневно

Кладовщик

Ефремова С.С.

Ефремова С.С.