

Утверждаю:
Заведующая МДОУ № 33 «Родничок»
_____ О. С. Мельникова
«__» _____ 202_ г

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес Блю-да	Пищевые вещества			Энерге-ти-ческая цен-ность	№ рецеп-туры
			Белки	Жиры	Угле-воды		
Неделя 2	День 2 Вторник						
Завтрак	Каша овсяная вязкая молочная с маслом сливочным	200/5	7,38	7,89	29,47	219	168
	Чай с молоком	180	2,67	2,34	-	89	394
	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64	72,6	
Итого за завтрак		415	13,21	14,84	36,21	390,2	
2-й завтрак	Фрукты свежие	(100) шт	0,4	-	9,8	52	368
Обед	Суп лапша домашняя	200	1,86	2,75	11,13	78	86
	Птица, тушенная в соусе с овощами	60/90	14,82	16,36	14,4	265,5	302
	Кисель из натурального сока	200	0,43	0,05	5,18	92,7	382
	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64	72,6	30
	Хлеб ржаной	20	1,7	0,1	8,5	51,8	20
Итого за обед		600	21,35	19,58	54,68	563,2	
Полд-ник	Печенье	50	3,92	6,88	26,16	179,56	-
	Молоко кипяченое	200	5,48	5,45	-	102	400
Итого за полдник		250	9,4	12,33	26,16	281,56	
Итого за день		1365	44	47	115	1287	