

Категория: дети от 1,5 до 3 лет

Утверждаю
Заведующий ДОУ А.С. Грызунова

Меню Вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
		1,5 - 3	1,5 - 3	1,5 - 3	1,5 - 3	1,5 - 3	1,5 - 3	
<i>завтрак:</i>	Каша из смеси круп, молочная	180	9,05	13,14	42,62	324,11	2,088	276
	Бутерброды с повидлом	35	1,07	1,91	20,39	100,61	0,49	101
	Чай с сахаром	150	0,19	0	11,27	44,07	0,075	502
<i>2-й завтрак</i>	Сок	100	0,3	0,1	15,2	68	4	537
<i>Итого за завтрак</i>		465	10,61	15,15	89,48	536,79	6,653	
<i>обед:</i>	Салат из свеклы с зеленым горошком	40	0,67	2,47	3,28	38,18	3,92	54
	Борщ с фасолью и картофелем	180	6,26	8,8	8,55	138,2	10,89	134
	Рагу из птицы	70	6,07	7,85	6,31	119,98	7,658	412
	Кисель из концентрата плодового	150	0	0	7,48	28,43	0	516
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0	114
	Хлеб ржаной	40	1,06	0,19	5,34	27,84	0	
<i>Итого за обед</i>		520	17,1	19,63	50,64	446,63	22,468	
<i>полдник</i>	каша гречневая с сахаром	130	19	12,43	17,08	253,68	0,528	
	чай с молоком	150	2,79	2,75	18,72	108,36	0,45	506
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	10	118
<i>Итого за весь день</i>		380	22,19	15,58	45,6	409,04	10,978	
<i>Итого за весь день</i>		1365	49,9	50,36	185,72	1392,46	40,099	

Категория: дети от 3-7 лет

Утверждаю
Заведующий ДОУ А.С. Грызунова

Меню Вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
		3 - 7 лет	3 - 7 лет	3 - 7 лет	3 - 7 лет	3 - 7 лет	3 - 7 лет	
<i>завтрак:</i>	Каша из смеси круп, молочная	250	12,58	18,25	59,2	450,15	2,9	276
	Бутерброды с повидлом	50	1,53	2,73	29,14	143,73	0,7	101
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,02	58,76	0,1	502
<i>2-й завтрак</i>	Сок	100	0,3	0,1	15,2	68	4	537
<i>Итого за завтрак</i>		600	14,61	21,08	118,56	720,64	7,7	
<i>обед:</i>	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	1	3,71	4,92	57,27	5,88	54
	Борщ с фасолью и картофелем	250	8,7	12,22	11,88	191,95	15,125	134
	Рагу из птицы	80	6,94	8,97	7,22	137,12	8,752	412
	Кисель из концентрата плодового	200	0	0	9,98	37,9	0	516
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5	0	114
	Хлеб ржаной	50	1,32	0,24	6,68	34,8	0	
<i>Итого за обед</i>		690	21,76	25,54	65,28	576,54	29,757	
<i>полдник</i>	каша гречневая с сахаром	130	22,45	14,69	20,19	299,81	0,624	
	чай с молоком	200	3,72	3,66	24,96	144,48	0,6	506
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	10	118
<i>Итого за весь день</i>		430	26,57	18,75	54,95	491,29	11,224	
<i>Итого за весь день</i>		1720	62,94	65,37	238,79	1788,47	48,681	