Категория: дети от 1,5 до 3 лет

Утверждаю
Заведующий ДОУ А.С. Грызунова

Меню Пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 10		1,5 - 3	1,5 - 3	1,5 - 3	1,5 - 3	1,5 - 3	1,5 - 3	
<i>завтрак:</i>	Каша манная вязкая	180	7,2	9,11	33,01	243,41	0,594	256
	Бутерброды с маслом	25	1,16	7,81	6,35	100,5	0	100
	чай с сахаром	150	2,79	2,75	18,72	108,36	0,45	508
<i>2-й завтрак</i>	Сок	100	0,3	0,1	15,2	68	4	537
<i>Итого за завтрак</i>		455	11,45	19,77	73,28	520,27	5,044	
<i>обед:</i>								
	Рассольник	200	6,3	9,16	11	152,08	14,58	138
	картофельное пюре	130	2,85	4,65	18,81	128,9	21,957	434
	Котлеты, биточки, шницели	70	14,83	9,61	12,78	195,62	0,098	386
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,08	0	14,55	55,35	0	527
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0	114
	Хлеб ржаной	40	1,06	0,19	5,34	27,84	0	115
<i>Итого за обед</i>		630	28,16	23,93	82,16	653,79	36,635	
<i>полдник</i>	ватрушка с повидлом	70	5,73	3,56	41,7	220,12	0	50
	чай с сахаром	150	0,19	0	11,42	45,87	2,175	502
<i>Итого за полдник</i>		220	5,92	3,56	53,12	265,99	2,175	
<i>Итого за весь день</i>		1305	45,53	47,26	208,56	1440,05	43,854	
<i>Среднее значение за период</i>		1388	54,05	53,07	201,91	1505,975	58,4199	
<i>Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности</i>			14,36	31,72	53,63	15059,75	15,52	

Категория: дети от 3-7 лет

Утверждаю
Заведующий ДОУ А.С. Грызунова

Меню Пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 10		3 - 7 лет	3 - 7 лет	3 - 7 лет	3 - 7 лет	3 - 7 лет	3 - 7 лет	
<i>завтрак:</i>	Каша манная вязкая	250	10	12,65	45,85	338,07	0,825	256
	Бутерброды с маслом	35	1,63	10,94	8,89	140,7	0	100
	чай с сахаром	200	3,72	3,66	24,96	144,48	0,6	508
<i>2-й завтрак</i>	Сок	100	0,3	0,1	15,2	68	4	537
<i>Итого за завтрак</i>		585	15,65	27,35	94,9	691,25	5,425	
<i>обед:</i>								
	Рассольник	250	7,88	11,45	13,75	190,1	18,225	138
	картофельное пюре	150	3,29	5,37	21,71	148,73	25,335	434
	Котлеты, биточки, шницели	80	16,95	10,98	14,6	223,56	0,112	386
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,1	0	19,4	73,8	0	527
	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	115
<i>Итого за обед</i>		780	33,34	28,44	100,74	788,49	43,672	
<i>полдник</i>	ватрушка с повидлом	80	6,54	4,07	47,66	251,57	0	50
	чай с сахаром	200	0,26	0	15,22	61,16	2,9	502
<i>Итого за полдник</i>		280	6,8	4,07	62,88	312,73	2,9	
<i>Итого за весь день</i>		1645	55,79	59,86	258,52	1792,47	51,997	
<i>Среднее значение за период</i>		1736	66,26	66,8	249,09	1866,031	69,1699	

<i>Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности</i>		14,2	32,22	53,39	18660,31	14,83	
---	--	------	-------	-------	----------	-------	--