

Неделя

День

МЕНЮ

На « 12 » март

Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 11
Е.В.Денисенко

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	№ рецепт уры
		1,5-3 года	3-7 лет	белки	жиры	углеводы		
<u>завтрак</u>	Масло сливочное порциями	5	7	0-0,1	-3,6-5,1	0,1-0,1	33-46,3	
	Хлеб пшеничный	20	25	1,5-1,9	0,2-0,2	9,8-12,3	46,9-58,6	
	Суп молочный с рисом	150	200	3,7-4,9	3,4-4,5	13,8-18,4	100,1-133,5	
	Какао с молоком	180	180	3,1-3,1	2,3-2,3	9,9-9,9	72,9-72,9	
		355	412	8,3-10	9,5-12,1	33,6-42,5	252,9-311,3	
<u>Итого:</u>	Сок Фруктовый	150	180	0,4-0,5	0,1-0,1	9,1-10,1	41,3-43,3	
<u>Второй завтрак</u>		150	180	0,4-0,5	0,1-0,1	9,1-10,1	41,3-43,3	
<u>Итого:</u> <u>обед</u>	Салат из свеклы отварной	40	60	0,8-0,8	2,7-2,7	4,6-4,6	45,7-45,7	
	Суп с клецками	150	180	3,5-3,5	2,5-2,5	8,5-8,5	70,2-70,2	
	Жаркое по домашнему	180	200	18,1-20,1	16,9-18,8	15,5-17,2	286,1-317,9	
	Хлеб ржаной	55	73	3,6-4,8	0,7-0,9	18,4-24,4	93,9-124,7	
	Компот	150	180	0,4-0,4	0-0	14,8-17,8	60,7-72,9	
		595	693	14,62-18,9	18,7-23	71,05-91,35	490-630	
<u>Итого:</u>	Творожник песочный	50	70	5,99-5,99	6,4-6,45	20,2-20,17	162,6-162,6	
<u>ПОЛД НК</u>	Молоко	150	180	4,4-5,8	3,8-5	7,2-9,6	80-106,6	
		200	250	10,39-11,79	10,2-11,45	27,4-29,77	242,6-269,2	
<u>Итого:</u>		1300	1535	33,71-41,19	38,5-46,65	131,9-154,87	1026,8-1253,8	