

Неделя

День

МЕНЮ

На « 12 » февраля

Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 11
Е.В.Денисенко

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецепт уры |
|-----------------------|--------------------------|---------------|------------|------------------|------------|--------------|----------------------------|--------------------|
| | | 1,5-3 года | 3-7 лет | белки | жиры | углеводы | | |
| | | | | | | | | |
| завтрак | 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 | |
| Итого: | Сок Фруктовый | 150 | 180 | 0,4-0,5 | 0,1-0,1 | 9,1-10,1 | 41,3-43,3 | |
| Второй завтрак | | 150 | 180 | 0,4-0,5 | 0,1-0,1 | 9,1-10,1 | 41,3-43,3 | |
| Итого: | Салат из свеклы отварной | 40 | 60 | 0,8-0,8 | 2,7-2,7 | 4,6-4,6 | 45,7-45,7 | |
| обед | 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 | |
| Итого: | Творожник песочный | 50 | 70 | 5,99-5,99 | 6,4-6,45 | 20,2-20,17 | 162,6-162,6 | |
| ПОЛДН ИК | 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 | |
| Итого: | | 1300 | 1535 | 33,71-41,19 | 38,5-46,65 | 131,9-154,87 | 1026,8-1253,8 | |