

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад №11»
Е.В.Денисенко

Меню приготавливаемых блюд
на «31» января 2024 года

Возрастная категория: 1,6-3 лет и 3 - 7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда 1.6-3 | Вес блюда 3-7 | Пищевые вещества(гр.) | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------------------|--------------------------------------|-----------------|---------------|-----------------------|-------------------|----------------------|-------------------------|-----------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| завтрак | Каша полтавская молочная с маслом | 150 | 200 | 6.8/7.8 | 4.4/7 | 17.9/27.9 | 125/158 | №58 |
| | Какао | 180 | 200 | 0.5/1.82 | _____ | 6.8/11.1 | 48.6/95.6 | №8 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 25 | 1.08 | 1.2 | 15.8 | 61.8 | Гост 26987-86 |
| | Масло сливочное | 5 | 5 | 0.1 | 3.8 | 0.1 | 44.6 | Гост 32261-2013 |
| Итого за завтрак | | 360 | 430 | 8.48/10.8 | 9.4/12 | 40.6/52.2 | 280/360 | |
| 2 завтрак | Сок фруктовый | 90 | 100 | 2.1/2.7 | 0.1/0.8 | 10.15/13.05 | 70/90 | Гост 32103-2013 |
| Итого за второй завтрак | | 90 | 100 | 2.1/2.7 | 0.1/0.8 | 10.15/13.05 | 70/90 | |
| обед | Луковый салат | 40 | 60 | 0.8/1.5 | 2/2.5 | 6.3/11.6 | 57/90.5 | №46 |
| | Суп гороховый на мясокостном бульоне | 150 | 200 | 2.8/4.82 | 3.05/5.3 | 23.4/26.4 | 91.5/130.5 | №40 |
| | Котлета «любительская» | 50 | 80 | 6.8/7.5 | 11.95/12.5 | 8.7/14.7 | 56.9/90.1 | |
| | Капуста тушеная | 110 | 150 | 2.44/2.5 | 0.5/1.5 | 9.8/11.8 | 191.6/215.5 | |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 25 | 1.08 | 1.2 | 15.8 | 61.8 | Гост 26987-86 |
| | Компот с/ф | 180 | 200 | 0.7/1.5 | _____ | 7.05/11.05 | 31.2/41.6 | №7 |
| Итого за обед | | 555 | 715 | 14.62/18.9 | 18.7/23 | 71.05/91.35 | 490/630 | |
| полдник | Булка | 50 | 50 | 3.8 | 4/6.35 | 16.1 | 107.5/105.8 | №29 |
| | Молоко | 180 | 200 | 2.5/4,6 | 3.05/7 | 14.35/23.05 | 102.5/164.2 | Гост 31450-2013 |
| Итого за полдник | | 230 | 250 | 6.3/8.1 | 7.05/9 | 30.45/39.15 | 210/270 | |
| Итого за день: | | 1295 | 1595 | 31.5/40.5 | 35.25/44.8 | 152.25/195.75 | 1050/1350 | |