

Меню приготавливаемых блюд

Утверждаю: _____

Возрастная категория:

Ясли

20.05.25



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
День 2							
ЗАВТРАК	Каша молочная ассорти	150	4,30	4,30	18,60	130	№18/4
	Бутерброд с сыром	20 10	4,20	2,60	7,20	69	№3
	Какао с молоком	180	2,70	2,90	12,70	88	№497
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		360	11,20	9,80	38,50	287	
ЗАВТРАК 2	Яблоки свежие печеные	130	0,60	0,60	15,50	70	№11.3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		130	0,60	0,60	15,50	70	
ОБЕД	Салат из моркови и яблок	40	0,60	3,10	6,50	56	№9
	Суп гороховый с гренками	150/15	2,90	2,20	16,50	97	
	Жаркое по-домашнему	150	8,50	9,60	19,00	196	№436
	Компот из свежих яблок	180	0,10	0,10	15,00	61	№631
	Хлеб пшеничный	20	0,40	0,20	8,80	39	
	Хлеб ржаной	30	0,70	0,40	11,30	51	
ИТОГО ЗА ОБЕД		535	13,20	15,60	77,10	501	
ПОЛДНИК	Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте	30	2,20	3,10	14,00	92	
	Молоко питьевое кипяченое	180	5,20	5,80	8,50	107	№260
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		210	7,40	8,90	22,50	199	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			32,00	35,00	154,00	1058	

Возрастная категория:

Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
День 2							
ЗАВТРАК	Каша молочная ассорти	200	6,50	6,50	21,10	169	№18/4 №3 №497
	Бутерброд с сыром	20 15	5,30	3,70	7,20	83,3	
	Какао с молоком	200	3,30	4,20	15,90	115	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		435	15,10	14,40	44,20	367	
ЗАВТРАК 2	Яблоки свежие печеные	150	0,70	0,70	20,10	89	№11,3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	0,70	0,70	20,10	89	
ОБЕД	Салат из моркови и яблок	60	0,80	4,10	7,50	70	№9 №139 №436 №631
	Суп гороховый с гренками	180/20	4,40	3,10	22,90	137	
	Жаркое по-домашнему	200	11,30	12,90	22,70	252	
	Компот из свежих яблок	200	0,10	0,10	20,00	81,4	
	Хлеб пшеничный	20	0,40	0,20	8,80	39	
	Хлеб ржаной	40	0,90	0,50	15,10	69	
ИТОГО ЗА ОБЕД		660	17,90	20,90	97,00	648	
ПОЛДНИК	Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте	50	2,80	3,90	25,40	148	№260
	Молоко питьевое кипяченое	200	5,80	6,40	9,40	118	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	8,60	10,30	34,80	266	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			42,00	46,00	196,00	1370	