



Пищевые вещества											
Наименование блюда	Вес блюда		Белки 1-3 года	Жиры 1-3 года	Жиры 3 года-7 лет	Углеводы 3 года	Углеводы 3 года-7 лет	Энергетическая ценность 1-3 года	Энергетическая ценность 3 года-7 лет	№ рецептур	
	1-3 года	3 года - 7 лет									
Прием пищи											
09.10.2024											
Наименование блюда											
Завтрак	200	250	6,04	7,55	5,6	7	18,24	22,8	147,6	184,5	93
Суп молочный с макаронными изделиями											
Бутерброд с маслом с сыром (сыр для старшей категории)	25/5	30/5/15	1,9	2,14	7,03	6,6	16,15	12,8	106,25	150	1
Чай с сахаром	180	200	0,06	0,067	0,02	0,022	9,99	11,1	44	48,8	392
Итого за завтрак	410	485	8	9,757	12,65	13,622	44,38	46,7	297,85	383,3	
Второй завтрак	100	100	0,9	0,9	0,2	0,2	12,2	12,2	43	43	
Фрукты свежие											
Обед	150	200	1,02	1,36	2,95	3,98	5,09	6,78	50,85	67,8	67
Щи из свежей капусты с картофелем	60/30	80/40	8,65	11,53	8,73	11,64	7,94	10,58	145	193,3	288
Фрикадельки мясные в соусе	100	120	2,96	3,56	2,83	3,4	21,11	25,34	12,9	15,48	313
Каша пшеничная	40	60	0,23	0,348	2,104	3,156	1,99	2,98	27,84	41,76	27
Салат из кабачков	30	40	2,97	3,96	0,54	0,72	15,39	20,52	49,62	66,16	700
Хлеб ржаной	20	30	1,52	2,28	0,18	0,27	9,34	14,01	42,72	64,08	701
Хлеб пшеничный	150	200	0,75	1	0,15	0,2	15,1	20,13	69	92	n/n
Сок фруктовый	590	820	18,1	24,038	17,484	23,366	75,96	100,34	397,93	540,58	
Итого за обед											
Полдник	30	50	4,12	6,86	3,57	5,95	0	0	60,48	100,8	8
Раба соленая порциями	120	200	2,44	4,067	3,84	6,4	16,35	27,25	109,8	183	321
Пюре картофельное	20	30	1,52	2,28	0,18	0,27	9,34	14,01	42,72	64,08	701
Хлеб пшеничный	150	180	0,105	0,126	0,015	0,018	8,5	10,2	34,17	41,004	393
Чай с лимоном	320	460	8,185	13,333	7,605	12,638	34,19	51,46	247,17	388,884	
Итого за полдник											
Итого за день			35,185	48,028	37,939	49,826	166,73	210,7	985,95	1355,764	

Технолог: Карпова Г.Ф.

При составлении меню использовалась литература: *
 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тугельяна. - М: ДеЛи принт, 2012

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 10485556620218183357344113440560018432977890873

Владелец Лысенко Ольга Николаевна

Действителен с 08.05.2024 по 08.05.2025