

содержано:  
содержащий



Меню для питания детей 3-7 лет  
Июня 2022

Наименование блюда	дие	Выхо блюда ,г	Белки, г	Жиры ,г	Углево ды ,г	Энергетическ ая ценность, ккал	Вита мин С	Технологичес кая и нормативная документация	№ рецепт
<b>Завтрак</b>									
Бутерброд с маслом, 30/10	ДС	40	2,47	7,55	10,23	136,8	0	СБ.ДОУ 2012г	1
Запеканка из творога со сг. молоком 150/20	ДС	170	17,49	15,43	23,78	362,89	1,07	СБ.ДОУ 2012г	238
Чай с лимоном	ДС	187	0,12	0,02	10,2	41	2,83	СБ.ДОУ 2012г	393
<b>Итого за завтрак</b>		<b>407</b>	<b>20,08</b>	<b>23</b>	<b>44,21</b>	<b>540,69</b>	<b>3,9</b>		
<b>Второй завтрак</b>									
Сок яблочный	ДС	100	0,5	0	10,1	42,7	2	СБ.ДОУ 2012г	399
<b>Обед</b>									
Овощи свежие/	ДС	50	0,5	0	2,3	10	0	СБ.ШП 2005г.	71
Щи из свежей капусты со сметаной	ДС	205	1,9	2,26	13,3	81	12	СБ.ДОУ 2012г	66
Котлеты рубленые из птицы	ДС	70	9,3	7,1	8,5	135	8	СБ. ШП 2012г.	305
Каша гречневая рассыпчатая	ДС	130	3,12	4	32,7	178,5	0	СБ.ДОУ 2012г	313
Компот из сухофруктов	ДС	180	0,6	0,1	31,7	131	50,04	СБ.ШП 2005г.	349
Хлеб пшеничный	ДС	30	3	3,8	16,5	79,5		СБ.ДОУ 2012г	прилс
Хлеб ржаной	ДС	30	2	0,33	10	58		СБ.ДОУ 2012г	прилс
<b>Итого за обед</b>		<b>690</b>	<b>20,42</b>	<b>17,59</b>	<b>115</b>	<b>673</b>	<b>70,04</b>		
<b>Полдник</b>									
Печенье	ДС	25	1,35	3,1	11,8	101			к/к
Чай с молоком	ДС	180	2,67	2,34	14,31	89	1,2	СБ.ДОУ 2012г	394
<b>Итого полдник</b>		<b>250</b>	<b>4,02</b>	<b>5,44</b>	<b>26,11</b>	<b>190</b>	<b>1,2</b>		
<b>Ужин</b>									
Каша манная жидкая с сахаром	ДС	200	3,04	0,3	27	122	0	СБ.ДОУ 2010г	185
Хлеб пшеничный	ДС	20	2,1	0,25	10,9	53	0	СБ.ДОУ 2012г	прилс
Чай с сахаром	ДС	180	2,67	2,34	14,31	89	1,2	СБ.ДОУ 2012г	392
<b>Итого ужин</b>		<b>400</b>	<b>7,81</b>	<b>2,89</b>	<b>52,21</b>	<b>264</b>	<b>0</b>	<b>СБ.ДОУ 2012г</b>	<b>230</b>
<b>Итого за седьмой день</b>		<b>1847</b>	<b>52,83</b>	<b>48,92</b>	<b>247,63</b>	<b>1710,39</b>	<b>77,14</b>		