

составлено:
подписавший



Меню для питания детей 3-7 лет
2023

Наименование блюда	диета	Выход блюда, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Витамин С	Технологическая и нормативная документация	№ рецепта
Завтрак									
Бутерброд с сыром 40/5/15	ДС	60	6,68	8,45	19,39	180	0,11	СБ.ДОУ 2012г	3
Омлет натуральный	ДС	155	13,9	25	2,9	292	0,22	СБ.ДОУ 2012г	215
Кофейный напиток с молоком	ДС	180	2,85	2,41	14,4	91	1,2	СБ.ДОУ 2012г	395
Итого за завтрак		395	23,43	35,86	36,69	563	1,53		
Второй завтрак									
Фрукты по сезону	ДС	100	0,4	0,4	10	44	СБ.ДОУ 2012г	368	368
Обед									
Овощи солёные	ДС	50	0,5	0	2,3	10	0	СБ.ШП 2017г.	71
Борщ с картофелем	ДС	205	3,9	4,6	12,5	107	7	СБ.ДОУ 2012г	58
Биточки рубленые из цыплят бр.	ДС	70	9,3	7,1	8,5	135	8	СБ. ШП 2012г.	305
Каша пшеничная рассыпчатая	ДС	130	5,7	5	32,8	200	0	СБ.ДОУ 2012г	313
Компот из сухофруктов	ДС	180	0,6	0,1	31,7	131	50,04	СБ. ДОУ 2012г.	376
Хлеб пшеничный	ДС	30	3	3,8	16,5	79,5		СБ.ДОУ 2012г	прилож
Хлеб ржаной	ДС	30	2	0,33	10	58		СБ.ДОУ 2012г	прилож
Итого за обед		690	25	20,93	114,3	720,5	65,04		
Полдник									
Кондитерское изделие	ДС	50	5,43	3,3	36,6	197	0	СБ.ДОУ 2012г	466
Молоко кипячённое	ДС	180	5,48	4,88	9,07	102	2,5	СБ.ДОУ 2012г	400
Итого полдник		230	10,91	8,18	45,67	299	2,5		
Ужин									
Суп молочный с макаронными изделиями	ДС	200	18,7	12,6	11,44	234	1,25	СБ.ДОУ 2012г	93
Хлеб пшеничный	ДС	20	2,1	0,25	10,9	53	0	СБ.ДОУ 2012г	прилож
Чай с сахаром	ДС	180	2,67	2,34	14,31	89	1,2	СБ.ДОУ 2012г	392
Итого ужин		400	23,47	15,19	36,65	376	2,45	СБ.ДОУ 2012г	230
Итого за десятый день		1815	83,21	80,56	243,31	2002,5	#ЗНАЧИ!		