

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МКДОУ д/с «Солнышко»

_____ Грозных Р.С.

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Возрастная категория 3-7 лет

1 неделя 1 день

Номер ТК	Наименование изделий (блюд)	Выход Г	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал
Завтрак						
99/05	Молочная каша пшеничная с маслом сливочным	160	5,0	4,8	24,8	158,0
14/10	Какао	180	3,5	3,1	22,1	121,0
1/13	Хлеб пшеничный с маслом	10/50	3,9	7,7	23,5	181,0
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	400	12,4	15,6	40,4	460,0
10.00						
	Сок или фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	42,7
	Печенье	10	3,8	4,9	37,2	208,5
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	110	4,2	5,3	47,0	251,2
Обед						
13/1	Салат из припущенной моркови с яблоком	50	0,5	3,3	6,1	52,0
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	160	1,5	1,0	9,3	51,0
36/8	Зразы манные с мясом говядины	100	13,33	18,8	25,87	328,0
1/11	Соус молочный	20	0,4	1,2	1,4	17,0
1/10	Кисель из сухофруктов	180	0,9	0,0	28,2	103,0
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,4	17,0	75,5
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	630				
Полдник						
2/6	Омлет паровой	60	5,9	7,9	1,0	98,0
10/10	Чай	180	0,0	0,0	8,2	31,0
	Хлеб пшеничный	40	2,64	0,87	46,0	85,5
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	280	8,54	8,77	25,2	214,5
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1420	43,77	54,37	230,47	1552,2