

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МКДОУ д/с «Солнышко»

_____ Грозных Р.С.

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Возрастная категория 1-3 лет

1 неделя 2 день

Номер ТК	Наименование изделий (блюд)	Выход Г	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал
Завтрак						
16/4	Молочная каша ассорти (рис+ пшено) с маслом сливочным	150	3,7	4,4	19,8	132,0
10/10	Лимонный напиток	150	0,1	0,0	15,0	62,1
	Хлеб пшеничный с сыром	40/10	4,9	2,9	14,1	104,0
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	350	8,7	7,3	48,9	298,1
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						
29/1	Салат из отварной свеклы с чесноком	30	0,4	2,5	2,7	48,7
25/2	Суп-пюре картофельный	130	1,5	1,8	7,1	52,0
5/9	Биточки (котлета) из мяса кур	50	9,0	7,3	7,6	132,0
43/13	Макаронные изделия отварные	100	3,5	2,5	22,7	125,0
6/10	Компот из сухофруктов	130	0,2	0,0	13,4	42,0
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,9	64,2
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	470	16,01	14,31	68,4	463,9
Полдник						
	Йогурт	150	4,0	3,5	4,8	62,0
6/12	Ватрушка с картофелем	50	4,0	4,8	25,0	180,5
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	200	8,0	8,3	29,8	242,5
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1130	36,91	35,21	194,1	1255,7