

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МКДОУ д/с «Солнышко»

_____ Грозных Р.С.

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Возрастная категория 3-7 лет

1 неделя 3 день

Номер ТК	Наименование изделий (блюд)	Выход Г	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал
Завтрак						
16/5	Запеканка из творога с яблоками	150	20,0	17,1	27,4	341,0
2/11	Соус молочный сладкий	50	1,2	2,4	7,5	55,0
11/10	Чай с лимоном	180	0,1	0,0	8,2	32,0
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	50/10	3,9	7,7	23,5	181,0
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	440	25,2	27,2	66,6	609,0
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						
24/5	Салат из свежей капусты с морковью	50	0,8	3,3	5,9	52,0
2/2	Борщ со сметаной	160	1,5	3,8	7,8	64,0
40/8	Кнели мясные паровые	70	11,6	11,4	4,3	166,0
44/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	110	6,2	5,0	32,2	175,0
5/10	чай	180	0,0	0,0	8,2	31,0
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,4	17,0	75,5
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	610	22,1	23,9	75,4	563,5
Полдник						
32/1	Салат из отварного картофеля, свеклы с соленым огурцом с растительным маслом	50	0,7	5,0	5,2	66,0
	Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	15,15	77,4
10/10	Кисель из сухофруктов	180	0,9	0,0	28,2	103,0
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	260	3,85	5,87	48,55	246,4
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1420	55,35	62,27	237,55	1670,1

