

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МКДОУ д/с «Солнышко»

_____ Грозных Р.С.

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Возрастная категория 1-3 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	100	13,3	11,4	18,2	227,0
2/11	Сладкий молочный подлив	30	0,7	1,4	4,5	33,0
11/10	Чай с лимоном	180	0,1	0,0	8,2	32,0
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	30/5	3,1	2,9	12,0	74,8
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	345	17,2	15,7	42,9	366,8
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 растительным маслом	30	0,5	2,0	36	31,0
2/2	Борщ со сметаной	130	1,0	2,4	6,0	45,0
40/8	Кнели мясные паровые	50	8,3	8,2	3,1	118,0
44/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	100	5,7	4,6	30,4	167,0
5/10	чай	150	0,0	0,0	6,8	26,0
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,9	64,2
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	490	16,91	17,41	64,8	451,2
Полдник						
32/1	Салат из отварного картофеля, свеклы с соленым огурцом с растительным маслом	40	0,6	4,0	4,2	52,0
	Кисель из сухофруктов	150	0,7	0,0	24,0	86,0
10/10	Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	10,2	65,4
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	220	3,55	4,87	38,4	203,4
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1165	41,86	43,28	193,1	1272,0