

Утверждаю:
и.о Заведующего МКДОУ

«Детский сад №39» ИГО СК

Афанасова Н.В.



1 день 1 неделя

Ежедневное меню на **9 октября 2023 года**

Количество питающихся 42 детей

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
завтрак	омлет натуральный	100\150	4,9	4,5	0,3	61,3	213М
	Икра кабачковая	40/60	0,8/1,1	3,6/5,3	3,1/4,6	47,6/71,4	ПР
	Чай с сахаром	150/180	0/0	0/0	6,9/9,8	27,6/39,4	392М
	Хлеб пшеничный	20/20	1,5/2,3	0,1/0,2	10/15,1	47,4/71	ПР
2з.	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	43	ПР
Итого завтрак		385/445	11,5/12,6	15,5/17,3	40,4/49,9	348,1/407,3	
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной	150/5/ 200/5	1,3/1,7	3,8/4,8	7,1/9,7	71,3/89,9	57М
	рыба припущенная с овощами	60/80	6/8,7	2,1/2,6	2,9/4,5	54,7/76	256М
	Пюре картофельное	130/150	2,2/2,5	3,2/4	15,8/17,4	100,7/115,8	321М
	Компот из смеси сухофруктов	150/180	0/0	0/0	11,6/14,6	46,5/58,1	376М
	Хлеб пшеничный	20/30	1,5/2,3	0,1/0,2	10/15,1	47,4/71	
	Хлеб ржаной	30/40	2/2,6	0,3/0,4	12,7/7	61,2/81,6	
Итого обед		555/685	13,5/18,7	12,4/15,9	63,3/73,6	423,1/552,2	
Полдник	булочка российская	70	4,7	5,8	41,9	237,9	474М
	Молоко кипяченое	150/180	4,3/5	3,7/4,4	7/8,3	78,6/94,3	400М
Итого полдник		220/250	9/9,7	9,5/10,2	48,9/50,2	316,5\332,2	
Итого день		1160/ 1380	34/41	37,4\43,4	152,6/173,7	1087,7/1201, 7	

Группа	Кол-во детей				Ф.И.О. воспитателя	Группа	Кол-во детей				Ф.И.О. воспитатель
	б/л	100	50	30			б/л	100	50	30	
2младшая	7	-	3	-	М	1младшая	6	-	5	-	Б
Старшая	17		4		Р						

24

7

6/5
24/7