

Утверждаю:
и.о. Заведующего МДОУ

«Детский сад №39 ИИМСК»

Афанасова Е.В.



1 день 1 неделя

Ежедневное меню на **22 января 2024 года**

Количество питающихся 38 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 |
| Зз. | 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 |
|-----------|--------------|-----|----|----|--------------------|-----------|--------------|-----|----|------|--------------------|
| | 6/л | 100 | 50 | 30 | | | 6/л | 100 | 50 | 30 | |
| 2 младшая | 5 | 1 | 2 | - | Ев | 1 младшая | 7 | 6 | - | Волж | |
| Старшая | 14 | - | 3 | - | Ан | | | | | | |

19 1 5

7/6
19/6