

Утверждаю:  
и.о. Заведующего МКДОУ

«Детский сад №39» ИГО С

Афанасова Н.В.

3 день 1 неделя



Ежедневное меню на **24 января 2024 год**

Количество питающихся 24 детей

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность	
		ясли	сад	белки		жиры		углеводы		ясли	сад
				ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад		
завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	180	4,3	5,7	4,3	6,6	22	30	159,3	201,2
	бутерброд с повидлом	30	30	1,5	1,5	0,1	0,1	16,6	16,6	74	74
	чай с сахаром	150	180	2,5	2,9	2	2,5	7,6	9,3	59	71,5
<b>Итого завтрак</b>		<b>350</b>	<b>470</b>	<b>8,3</b>	<b>10,1</b>	<b>6,4</b>	<b>9,2</b>	<b>46,2</b>	<b>55,9</b>	<b>292,3</b>	<b>346,7</b>
2 завтрак	Сок фруктовый	100	100	0,5	0,5	0,1	0,1	10,1	10,1	43	43
Обед	борщ с капустой со сметаной	150\5	200\5	1,7	2,2	1,5	1,9	11,6	15,4	66,3	88,3
	Плов из птицы	160	200	17,2	21,1	20,8	26	26,6	34,7	361,9	455,3
	Огурец соленый	20	30	0,2	0,2	0	0	0,3	0,5	2,6	3,9
	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	17	61,2	81,6
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	0,1	0,1	0	0	17,6	21,3	71,3	86,4
<b>Итого обед</b>		<b>530</b>	<b>680</b>	<b>22,7</b>	<b>28,5</b>	<b>21,2</b>	<b>28,5</b>	<b>78,8</b>	<b>104</b>	<b>610,7</b>	<b>786,5</b>
Полдник	песочник	60	60								
	кефир	150	180	0	0	0	0	6,9	9,8	27,6	39,4
<b>Итого полдник</b>		<b>230</b>	<b>260</b>	<b>6,8</b>	<b>6,8</b>	<b>6,7</b>	<b>6,7</b>	<b>14,1</b>	<b>14,1</b>	<b>146</b>	<b>146</b>
<b>Итого день</b>		<b>1210</b>	<b>1510</b>	<b>38,3</b>	<b>45,9</b>	<b>34,4</b>	<b>44,5</b>	<b>149,2</b>	<b>184,1</b>	<b>1092</b>	<b>1322,2</b>

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	3	1	1	-	Афанасова	1младшая	3	-	3	-	Афанасова
старшая	11	-	2	-	Афанасова						

14 1 3

3/3  
14/4