

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ
 «Детский сад №39» ИГО СК
 Локтионова Ю.И.



Ежедневное меню на 13 апреля 2021г. 2 день 2 недели

Количество питающихся 60 детей

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
завтрак	Каша молочная жидкая геркулесовая с маслом	150/200	2,85/3,79	5,01/5,49	14,29/19,03	114/141	185И
	Чай с молоком	150/180	2,65/2,67	2,33/2,34	11,31/14,31	77/89	394М
	Бутерброд сыром	40	4,73	6,88	14,56	139	4М
2з.	Сок фруктовый	100/100	1,12		22,72	45	ПР
Итого завтрак		440/520	10,23/11,19	14,22/14,7	62,88/70,62	375/414	
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной	150/200	1,23/1,59	3,7/2,2	7,8/10,35	71,8/92,3	57М
	Котлета из птицы	60/80	11,66/16,54	2,75/3,89	9,98/13,46	111/151	305М
	Соус сметанный с томатом и луком	20/40	0,29/0,58	0,9/1,81	1,39/2,77	19,85/39,7	357М
	Макаронны отварные с маслом сливочн.	120/150	4,54/5,68	3,48/4,36	21,8/27,25	156,8/191	205М
	Компот из сухофруктов	150/180	0,33/0,4	0,02/0,02	20,83/24,99	85/102	376М
	Хлеб пшеничный	25/30	1,98/2,37	0,25/0,3	12,08/14,49	58,3/70	
	Хлеб ржаной	30/40	2,64/2,98	0,48/0,6	13,36/15,2	70/85	
Итого обед		555/720	9,49/11,43	4,23/5,28	68,07/81,93	370,1/448	
Полдник	Пирожки печеные с повидлом	60	3,06	2,12	23,43	143	406М
	Молоко кипяченое	150/180	5,48/6,66	4,88/5,85	9,07/10,88	125/150	400М
Итого полдник		210/240	8,54/9,72	7/7,97	32,5/34,31	268/293	
Итого день		1205/1480	28,26/32,34	25,45/27,95	140,73/164,14	968,1/1110	