

Утверждаю:

Заведующий МКДОУ

«Детский сад №39» ИГО СК

Локтионова Ю.И.

Ежедневное меню на

12 мая

2021г.1 день 1 неделя

Количество питающихся _____ детей

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
завтрак	Яйцо отварное	40/40	5,08/5,08	4,6/4,6	0,28/0,28	63/63	213М
	Икра кабачковая	40/60	0,32/0,6	1,6/2,4	1,72/2,58	47/58	ПР
	Чай с сахаром	150/180	0,04/0,06	0,01/0,02	6,99/9,99	28/40	392М
	Хлеб пшеничный	20/30	1,58/2,37	0,2/0,3	9,66/14,49	47/70	ПР
Зз.	Сок фруктовый	100/100	1,12		22,72	45	ПР
Итого завтрак		350/410	3,06/4,15	1,81/2,72	41,09/49,78	167/213	
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
	Котлеты рыбные любительские	60/80	8,25/11,16	2,69/3,9	6,68/9,04	84/116	256М
	Пюре картофельное	120/150	2,45/3,06	3,84/4,8	16,35/20,43	109,8/137,25	321М
	Икра свекольная	30/60	0,58/1,7	2,52/5,05	3,76/7,53	38,9/77,94	140М
	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		570/745	17,46/23,26	13,5/19,35	80,86/102,03	517,8/680,49	
Полдник	Булочка «Российская»	60/60	4,22	4,81	33,31	203	474М
	Молоко кипяченое	150/180	5,48/6,66	4,88/5,85	9,07/10,88	125/150	400М
Итого полдник		210/240	9,7/10,88	9,69/10,66	42,38/44,19	328/353	
Итого день		1130/1395	30,22/38,29	25/32,73	164,33/196	1012,8/	