

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

Ежедневное меню на 21 мая

2021г. 5 день 2неделя

Количество питающихся 64 детей

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---------------|--|-----------|------------------|-------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| завтрак | Суп молочный гречневой крупой | 150/200 | 4,34/5,79 | 4,1/5,47 | 13,92/18,57 | 110,1/146,8 | 94М |
| | Чай с сахаром | 150/180 | 0,04/0,06 | 0,01/0,02 | 6,99/9,99 | 28/40 | 392М |
| | Бутерброд с маслом сливочным | 35 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 | 1М |
| Зз. | Фрукты | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 | ПР |
| Итого завтрак | | 435/516 | 0,44/0,46 | 0,41/0,42 | 16,79/19,79 | 72/84 | |
| 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 мяса | 80/80 | 9,32/12,44 | 7,07/9,24 | 9,64/12,56 | 159/203 | 282М |
| | Соус с томатом и луком | 20/40 | 0,29/0,58 | 0,9/1,81 | 1,39/2,77 | 19,85/39,7 | 357М |
| | Макароны отварные с маслом сливочн. | 120/150 | 4,54/5,68 | 3,48/4,36 | 21,8/27,25 | 156,8/191 | 205М |
| | Кисель | 150/180 | 0,07/0,2 | 0/0,01 | 16,7/21,94 | 93,95/125,26 | 383М |
| | 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 | 20,07/25,84 | 15,88/21 | 82,77/104,56 | 629,7/806,26 | |
| Толдник | Булочка с яблоками | 70 | 3,96 | 2,44 | 33,96 | 173,3 | |
| | Какао с молоком | 150/180 | 3,15/3,67 | 2,72/3,19 | 12,96/15,82 | 89/107 | 397М |
| Итого толдник | | 220/250 | 7,11/7,63 | 5,16/5,63 | 46,92/49,78 | 262,3/280,3 | |
| Итого день | | 1210/1486 | 27,62/33,93 | 21,45/27,05 | 146,48/174,13 | 964/1170,56 | |