

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ

«Детский сад №39» ИГО СК

Локтионова Ю.И.



Ежедневное меню на

27 мая

2021г. 4 день 1 неделя

Количество питающихся 55 детей

| приём ищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецепт уры |
|------------------|---|---------------|------------------|-------------|-------------------|----------------------------|--------------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| завтрак | Каша молочная вязкая рисовая с маслом | 150/200 | 4,47/5,96 | 8,45/10,74 | 31,67/42,22 | 221,68/ 290,84 | 174М |
| | Чай с сахаром | 150/180 | 0,04/0,06 | 0,01/0,02 | 6,99/9,99 | 28/40 | 392М |
| | Бутерброд с повидлом | 45 | 2,04 | 3,22 | 1,98 | 127,64 | 3М |
| завтрак | Фрукты | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 | |
| итого завтрак | | 445/525 | 6,95/8,46 | 12,08/14,38 | 50,44/63,99 | 421,32/ 502,48 | |
| обед | Рассольник «Ленинградский» | 150/200 | 1,58/2,06 | 4,56/5,83 | 10,27/13,64 | 93,05/120,63 | 76М |
| | Котлета из птицы | 60/80 | 11,66/15,64 | 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 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 120/150 | 7,15/8,86 | 4,82/5,98 | 32/39,81 | 200/248 | 165М |
| | 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 | 25,37/32,49 | 13,76/18,41 | 95,78/99,37 | 646,15/ 714,33 | |
| полдник | Молоко кипяченое | 150/180 | 5,48/6,66 | 4,88/5,85 | 9,07/10,88 | 125/150 | 400М |
| | Ватрушка с творогом | 65 | 4,61 | 0,37 | 14,59 | 101 | 458М |
| Итого полдник | | 215/245 | 10,09/11,27 | 5,25/6,22 | 23,66/25,47 | 226/251 | |
| Итого день | | 1215/ 1419 | 45,1/54,91 | 34,75/39,01 | 182,46/ 188,83 | 1293,47/ 1467,81 | |