



«Утверждаю»:
Заведующая МБДОУ «Детский сад №46 "Золотой петушок"»
Л.Н.Исаченко

Меню приготавливаемых блюд

День: вторник
Неделя: вторая, 2-й день
возрастная категория: ясли

N рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины , мг			Минеральные	
			Б	Ж	У		B ₁	B ₂	C	Ca	Fe
	Неделя 2 День 2 Завтрак										
26	Каша пшеничная молочная жидкая	150	6,730	8,000	26,000	203,850	0,170	0,160	1,300	90,000	1,080
59	Хлеб пшеничный	20	1,580	0,200	9,660	47,000	0,020	0,006	0,000	4,000	0,200
63	Масло сливочное	5	0,400	3,600	0,060	32,350	0,000	0,005	0,000	0,600	0,010
33	Сыр порционный	10	2,320	2,920	0,000	36,400	0,003	0,036	0,070	90,000	0,090
50	Чай с молоком	160	2,800	3,200	9,690	76,950	0,040	0,160	1,300	127,000	0,400
	итого за завтрак	345,00	13,830	17,920	45,410	396,550	0,233	0,367	2,670	311,600	1,780
	2-й завтрак										
62	Фрукты свежие	95	0,380	0,380	9,270	44,660	0,080	0,140	3,000	0,010	1,090
	итого за 2-й завтрак	95	0,380	0,380	9,270	44,660	0,080	0,140	3,000	0,010	1,090
	обед										
2	Свекольник	150	1,810	2,770	11,310	81,000	0,050	0,050	6,600	27,100	1,100
9	Котлеты из говядины	60	9,270	8,200	1,378	116,700	0,060	0,010	0,000	27,300	0,900
19	Капуста тушеная	110	2,850	3,109	9,746	78,578	0,060	0,040	25,500	91,000	1,500
59	Хлеб пшеничный	30	2,100	0,270	12,880	62,660	0,020	0,006	0,000	4,000	0,200
58	Хлеб ржаной(ржано-пшеничный)	40	3,080	0,560	15,080	80,400	0,070	0,030	0,000	14,000	0,600
46	Компот из сухофруктов	160	0,580	0,120	19,520	60,500	0,010	0,010	0,500	28,000	0,500
	итого за обед	550	19,690	15,029	69,914	479,838	0,270	0,146	32,600	191,400	4,800
	Полдник										
31	Пудинг из творога с рисом	90	14,720	10,570	9,980	196,750	0,040	0,090	0,200	105,000	0,600
41	Соус сметанный	40	1,200	6,840	4,790	85,210	0,007	0,020	0,030	16,900	0,040
43	Йогурт	145	7,100	4,540	4,970	96,560	0,060	0,030	0,200	100,000	0,200
	Итого за полдник	275	23,020	21,950	19,740	378,520	0,107	0,140	0,430	221,900	0,840
	Итого за день:	1265,00	56,920	55,279	144,334	1299,568	0,690	0,793	38,700	724,910	8,510