



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

Меню приготавливаемых блюд

День: понедельник
Неделя: вторая, 1-й день
возрастная категория: сад

N рецепт уры	Наименова ние блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	Витамины , мг			Минеральные вещества	
			Б	Ж	У		B ₁	B ₂	C	Ca	Fe
	Неделя 2 День 1 Завтрак										
25	Каша манная молочная жидкая	180	6,490	7,210	24,310	189,360	0,100	0,160	1,400	165,000	0,400
59	Хлеб пшеничный	30	3,150	0,400	14,350	70,500	0,030	0,009	0,000	6,000	0,300
63	Масло сливочное	6	0,050	4,300	0,080	38,820	0,000	0,006	0,000	0,720	0,020
51	Кофейный напиток с молоком	200	5,380	4,700	21,660	151,780	0,100	0,180	1,300	126,000	0,100
	итого за завтрак	416,00	15,070	16,610	60,400	450,460	0,230	0,355	2,700	297,720	0,820
	2-й завтрак										
55	Сок фруктовый	100	0,410	0,070	13,098	54,945	0,090	0,010	0,090	70,000	1,000
	итого за 2-й завтрак	100	0,410	0,070	13,098	54,945	0,090	0,010	0,090	70,000	1,000
	обед										
4	Суп полевой	180	6,700	10,000	13,860	172,950	0,070	0,030	9,210	121,000	0,600
13	Котлеты из курицы	70	13,920	14,590	7,140	215,590	0,070	0,011	1,600	206,000	0,800
22	гречневая каша	130	5,539	4,718	24,858	163,730	0,080	0,090	0,000	12,300	0,900
64	Зел.горошек консер.	50	1,610	0,100	3,380	20,800	0,020	0,020	6,000	13,800	0,400
59	Хлеб пшеничный	30	2,370	0,300	14,490	70,500	0,030	0,090	0,000	6,000	0,300
58	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	50	3,850	0,700	19,000	100,500	0,090	0,004	0,000	17,000	1,900
46	Компот из сухофруктов	180	0,639	0,135	22,104	90,990	0,010	0,009	0,500	28,000	1,500
	итого за обед	690	34,628	30,543	104,832	835,060	0,370	0,254	17,310	404,100	6,400
	Полдник										
49	Чай с сахаром	200	0,000	0,000	8,010	33,050	0,000	0,000	0,000	1,250	0,090
57	булочка	70	6,900	2,610	38,430	204,920	0,070	0,090	0,300	9,000	0,090
62	Фрукты свежие	100	0,390	0,390	9,680	46,400	0,030	0,200	9,800	20,800	0,900
	Итого за полдник	370	7,290	3,000	56,120	284,370	0,100	0,290	10,100	31,050	1,080
	Итого за день:	1576,00	57,398	50,223	234,450	1624,835	0,790	0,909	30,200	802,870	9,300