



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

Меню приготавливаемых блюд

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

N рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			Б	Ж	У		В ₁	В ₂	С	Са	Fe
	Неделя 2 День 1 Завтрак										
25	Каша манная молочная жидкая	150	5,400	6,000	20,000	158,000	0,070	0,100	1,200	119,000	0,400
59	Хлеб пшеничный	20	1,580	0,200	9,660	47,000	0,090	0,006	0,000	4,000	0,200
63	Масло сливочное	5	0,040	3,600	0,060	32,350	0,000	0,005	0,000	58,000	0,010
51	Кофейный напиток с молоком	160	4,700	4,110	12,580	108,250	0,090	0,130	2,000	100,000	0,100
	итого за завтрак	335,00	11,720	13,910	42,300	345,600	0,250	0,241	3,200	281,000	0,710
	2-й завтрак										
55	Сок фруктовый	100	0,410	0,070	13,098	54,945	0,050	0,010	5,000	140,000	1,900
	итого за 2-й завтрак	100	0,410	0,070	13,098	54,945	0,050	0,010	5,000	140,000	1,900
	обед										
4	Суп полевой	180	5,880	8,910	11,920	151,890	0,040	0,300	6,600	18,900	0,500
13	Котлеты из курицы	60	11,860	12,280	6,030	185,470	0,070	0,110	1,040	26,000	0,800
22	гречневая каша	110	4,410	4,900	19,850	141,000	0,120	0,070	0,000	8,500	0,700
64	Зел.горошек консерв.	40	1,280	0,080	2,700	16,640	0,020	0,020	5,000	11,500	0,300
59	Хлеб пшеничный	20	1,560	0,200	9,560	46,530	0,020	0,006	0,000	4,000	0,200
58	Хлеб ржаной (ржанопшеничный)	40	3,080	0,560	15,080	80,400	0,070	0,030	0,000	14,000	1,600
46	Компот из сухофруктов	160	0,580	0,120	16,520	60,500	0,010	0,010	0,500	28,000	1,500
	итого за обед	610	28,650	27,050	81,660	682,430	0,350	0,546	13,140	110,900	5,600
	Полдник										
49	Чай с сахаром	160	0,000	0,000	5,010	21,050	0,000	0,000	0,000	0,750	0,060
57	булочка	60	5,820	2,220	31,800	170,660	0,030	0,030	0,000	9,000	0,500
62	Фрукты свежие	95	0,380	0,380	9,270	44,660	0,060	0,020	9,000	155,800	0,090
	Итого за полдник	315	6,200	2,600	46,080	236,370	0,090	0,050	9,000	165,550	0,650
	Итого за день:	1360,00	46,980	43,630	183,138	1319,345	0,740	0,847	30,340	697,450	8,860