



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

### Меню приготавливаемых блюд

День: четверг  
Неделя: первая, 4-й день  
возрастная категория: сад

| N<br>рецептур | Наименован<br>ие блюда                               | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |        |         | Энергети<br>ческая | Витамины , мг  |                |        | Минеральные |       |
|---------------|------------------------------------------------------|--------------|------------------|--------|---------|--------------------|----------------|----------------|--------|-------------|-------|
|               |                                                      |              | Б                | Ж      | У       |                    | В <sub>1</sub> | В <sub>2</sub> | С      | Са          | Fe    |
|               | Неделя 1<br>День 4<br>Завтрак                        |              |                  |        |         |                    |                |                |        |             |       |
| 26            | Каша<br>пшеничная,<br>молочная<br>жидкая             | 180          | 8,030            | 7,250  | 27,050  | 203,540            | 0,190          | 0,170          | 1,900  | 244,000     | 1,200 |
| 53            | Какао с<br>молоком                                   | 200          | 5,360            | 4,520  | 19,215  | 133,767            | 0,040          | 0,160          | 1,900  | 124,000     | 0,800 |
| 59            | Хлеб<br>пшеничный                                    | 30           | 2,370            | 0,300  | 14,490  | 75,500             | 0,030          | 0,090          | 0,000  | 6,000       | 0,300 |
| 63            | Сливочное<br>масло                                   | 6            | 0,050            | 4,300  | 0,080   | 38,820             | 0,000          | 0,006          | 0,000  | 0,720       | 0,020 |
|               | итого за<br>завтрак                                  | 416,00       | 15,810           | 16,370 | 60,835  | 451,627            | 0,260          | 0,426          | 3,800  | 374,720     | 2,320 |
|               | 2-й завтрак                                          |              |                  |        |         |                    |                |                |        |             |       |
| 62            | Фрукты<br>свежие                                     | 100          | 0,400            | 0,400  | 9,800   | 47,000             | 0,030          | 0,050          | 4,000  | 120,800     | 0,600 |
|               | итого за 2-й<br>завтрак                              | 100          | 0,400            | 0,400  | 9,800   | 47,000             | 0,030          | 0,050          | 4,000  | 120,800     | 0,600 |
|               | обед                                                 |              |                  |        |         |                    |                |                |        |             |       |
| 5             | Суп<br>картофельный<br>с<br>макаронными<br>изделиями | 180          | 2,180            | 4,370  | 15,360  | 109,720            | 0,030          | 0,010          | 0,800  | 7,800       | 0,400 |
| 12            | Тефтели<br>говяжьи                                   | 70           | 11,600           | 11,400 | 9,600   | 187,500            | 0,030          | 0,080          | 0,500  | 12,600      | 0,900 |
| 19            | Капуста<br>тушеная                                   | 130          | 3,140            | 0,180  | 11,360  | 94,163             | 0,070          | 0,050          | 20,600 | 209,000     | 0,800 |
| 59            | Хлеб<br>пшеничный                                    | 30           | 2,370            | 0,300  | 14,490  | 75,500             | 0,030          | 0,009          | 0,000  | 6,000       | 0,300 |
| 58            | Хлеб ржаной<br>(ржано-<br>пшеничный                  | 50           | 3,850            | 0,700  | 19,000  | 100,500            | 0,090          | 0,040          | 0,000  | 17,000      | 0,900 |
|               | Кисель из<br>сухофруктов                             | 180          | 0,800            | 0,050  | 25,700  | 106,560            | 0,000          | 0,000          | 0,000  | 1,000       | 0,100 |
|               | итого за обед                                        | 640          | 23,140           | 16,950 | 69,810  | 567,383            | 0,250          | 0,189          | 21,900 | 252,400     | 3,300 |
|               | Полдник                                              |              |                  |        |         |                    |                |                |        |             |       |
| 30            | Запеканка из<br>творога                              | 120          | 20,530           | 12,900 | 14,180  | 258,950            | 0,090          | 0,050          | 3,800  | 28,000      | 0,600 |
| 40            | Соус<br>молочный                                     | 30           | 0,890            | 2,050  | 4,460   | 40,095             | 0,100          | 0,090          | 14,900 | 91,000      | 0,100 |
| 44            | Кефир                                                | 194          | 5,530            | 4,850  | 7,760   | 102,820            | 0,080          | 0,040          | 1,400  | 45,000      | 0,200 |
|               | Итого за<br>полдник                                  | 344          | 26,950           | 19,800 | 26,400  | 401,865            | 0,270          | 0,180          | 20,100 | 164,000     | 0,900 |
|               | Итого за день:                                       | 1500,00      | 66,300           | 53,520 | 166,845 | 1467,875           | 0,810          | 0,845          | 49,800 | 911,920     | 7,120 |