



«Утверждаю»:

Заведующая МБДОУ «Детский сад №46 "Золотой петушок"»

Л.Н.Исаченко

Меню приготавливаемых блюд

День: четверг

Неделя: первая, 4-й день

возрастная категория: ясли

N рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины, мг			Минеральные	
			Б	Ж	У		В ₁	В ₂	С	Ca	Fe
	Неделя I День 4 Завтрак										
26	Каша пшеничная, молочная жидкая	150	6,700	6,050	22,580	169,950	0,170	0,180	1,000	130,000	1,080
53	Какао с молоком	160	4,650	3,940	17,330	124,610	0,030	0,190	1,300	130,000	0,600
59	Хлеб пшеничный	20	1,580	0,200	9,660	47,000	0,020	0,060	0,000	70,000	0,200
63	Сливочное масло	5	0,040	3,600	0,060	32,350	0,000	0,005	0,000	0,600	0,010
	итого за завтрак	335,00	12,970	13,790	49,630	373,910	0,220	0,435	2,300	330,600	1,890
	2-й завтрак										
62	Фрукты свежие	95	0,500	0,500	10,050	44,000	0,070	0,020	0,500	100,800	2,900
	итого за 2-й завтрак	95	0,500	0,500	10,050	44,000	0,070	0,020	0,500	100,800	2,900
	обед										
5	Суп картофельный с макаронным и изделиями	150	1,820	3,640	12,820	91,610	0,030	0,010	0,700	7,200	0,300
12	Тефтели говяжьи	55	7,810	8,710	7,350	142,530	0,030	0,080	0,500	12,600	0,900
19	Капуста тушеная	120	3,104	3,384	10,608	85,528	0,060	0,040	15,500	91,000	0,500
59	Хлеб пшеничный	20	1,580	0,200	9,660	47,000	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	1,600
47	Кисель из сухофруктов	160	0,670	0,050	21,440	88,800	0,000	0,000	0,000	10,000	0,100
	итого за обед	545	18,064	16,544	76,958	535,868	0,210	0,166	16,700	138,800	3,600
	Полдник										
30	Запеканка из творога	90	15,420	10,380	6,200	209,710	0,070	0,050	3,800	28,000	0,300
40	Соус молочный	30	0,890	2,050	4,460	40,095	0,100	0,090	14,900	91,000	0,100
44	Кефир	145	4,200	3,620	5,800	76,850	0,020	0,060	0,000	4,000	0,200
	Итого за полдник	265	20,510	16,050	16,460	326,655	0,190	0,200	18,700	123,000	0,600
	Итого за день:	1240,00	52,044	46,884	153,098	1280,433	0,690	0,821	38,200	693,200	8,990