



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

Меню приготавливаемых блюд

День: пятница
Неделя: вторая, 5-й день
возрастная категория: сад

N рецепту	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины, мг			Минеральные вещества	
			Б	Ж	У		В ₁	В ₂	С	Са	Fe
	Неделя 2 День 5 Завтрак										
28	Каша пшеничная молочная жидкая	180	8,030	7,250	27,050	203,540	0,190	0,100	2,400	144,000	1,200
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
53	Какао с молоком	200	5,360	4,520	21,350	148,630	0,040	0,160	2,900	124,000	0,800
	итого за завтрак	416,00	16,590	16,470	62,830	461,490	0,260	0,275	5,300	274,720	2,320
	2-й завтрак										
55	Сок фруктовый	100	0,410	0,070	13,098	54,945	0,010	0,010	9,000	7,000	1,400
	итого за 2-й завтрак	100	0,410	0,070	13,098	54,945	0,010	0,010	9,000	7,000	1,400
	обед										
4	Суп (полевой)	180	6,700	10,000	13,860	172,950	0,070	0,030	8,000	21,000	0,600
6	Голубцы ленивые	70	6,440	7,150	2,660	100,520	0,040	0,020	2,500	6,800	0,300
21	Пюре картофельное	140	3,090	4,270	20,960	135,020	0,140	0,110	5,400	41,600	1,100
59	Хлеб пшеничный	30	2,370	0,300	14,490	70,500	0,030	0,009	0,000	6,000	0,300
58	Хлеб ржаной (ржанопшеничный)	50	3,850	0,700	19,000	100,500	0,090	0,040	0,000	17,000	1,900
45	Компот из свежих яблок	180	0,131	0,131	12,195	52,250	0,080	0,140	1,400	240,000	0,200
	итого за обед	650	22,581	22,551	83,165	631,740	0,450	0,349	17,300	332,400	4,400
	Полдник										
39	Яйцо отварное	40	5,100	4,600	0,300	63,000	0,030	0,180	0,000	22,000	1,000
35	Икра кабачковая	60	0,514	3,337	2,563	43,600	0,020	0,200	6,300	35,200	0,400
59	Хлеб пшеничный	20	1,580	0,200	9,660	47,000	0,090	0,006	0,000	4,000	0,200
49	Чай с сахаром	200	0,000	0,000	8,010	33,050	0,000	0,000	0,000	1,250	0,100
61	печенье	40	3,000	4,720	29,960	166,840	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
	Фрукты свежие	100	0,390	0,390	9,680	46,400	0,030	0,020	13,000	20,800	2,900
	Итого за полдник	460	10,584	13,247	60,173	399,890	0,170	0,406	19,300	83,250	4,600
	Итого за день:	1626,00	50,165	52,338	219,266	1548,065	0,890	1,040	50,900	697,370	12,720