

«УТВЕРЖДАЮ»
Зам. директора по ДО

Гузанова Н.А.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Вторая неделя, пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Ясли				Сад				Витамин С		N рецептурь	
		Ясли	Сад	Пищевые вещества (г)				Пищевые вещества (г)				Ясли	Сад		
				Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)				
День 10:															
Завтрак:	1. Каша пшеничная молочная	150	200	5,76	7,28	24,08	180	7,68	9,7	32,1	240			107	
	2. Бутерброд с маслом	30/5	30/5	2,3	4,36	14,62	108	2,3	4,36	14,62	108			84	
	3. Кофейный напиток	150	200	2,8	3,2	19	114,8	4,2	4,8	19,6	132,5			94	
2 - ой завтрак:	Сок/Напиток из свежих ягод	150	180	0,75	0,15	15,15	69	0,9	0,18	18,18	82,8			б/н	
Обед:	1. Свежий помидор	44	44	0,8	1,3	4,7	29,2	0,8	1,3	4,7	29,2			103	
	2. Щи на курином бульоне со сметаной	150	200	1,94	5,87	6,84	85,76	2,58	7,82	9,12	114,35			12 а	
	3. Картофель по - домашнему с курицей	150	200	13,23	17,85	13,78	224,06	17,64	23,8	18,37	298,75			33	
	4. Компот из с/ф	150	200	0,4	0	20,9	80,7	0,54	0	27,85	107,7	0,035	0,05	96	
	5. Хлеб пшеничный	50	60	3,75	1,45	25,25	129,05	4,5	1,74	30,3	154,86			87	
Уплотненный полдник:	1. Творожная запеканка со сгущенным молоком	100	100	13,66	9,04	9,92	181,33	13,66	9,04	9,92	181,33			5	
	2. Чай с сахаром	150	200	0,1	0,01	1,36	45,11	0,13	0,01	1,81	60,15			93	
Итого за десятый день:				45,49	50,51	155,60	1247,01	54,93	62,75	186,57	1509,64	0,035	0,05		
Итого по меню:				291,24	301,16	1110,38	7919,25	359,19	367,16	1320,48	9602,98	0,25	0,35		