



«УТВЕРЖДАЮ»
 Зам.директора по ДО
 Гузанова Н.А.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Первая неделя, понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Ясли				Сад				Витамин С		N рецептуры
		Ясли	Сад	Пищевые вещества (г)				Пищевые вещества (г)				Ясли	Сад	
				Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)			
День 1:														
Завтрак:	1. Яйцо	40	40	5,1	4,6	0,3	63	5,1	4,6	0,3	63			306
	2.Бутерброд с маслом	30/5	30/5	2,3	4,36	14,62	108	2,3	4,36	14,62	108			84
	3. Вермишель отварная с маслом	100	120	3,9	4,1	20,84	138,25	4,68	4,92	25	165,9			205
	4. Чай с сахаром	150	200	0,1	0,01	1,36	45,11	0,13	0,01	1,81	60,15			93
2 - ой завтрак:	1. Кисель	150	200	1,02	0	21,77	87,14	1,36	0	29,02	116,19			233
Обед:	1. Щи из свежей капусты с рыбой свежей	150	200	1,94	5,87	6,84	85,76	2,58	7,82	9,12	114,35			14
	2.Запеканка рыбно-рисовая	145	190	18,15	10,47	13,11	220,4	24,2	13,96	17,48	293,86			70
	3. 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
	4. Хлеб пшеничный	50	60	3,75	1,45	25,25	129,05	4,5	1,74	30,3	154,86			87
Уплотненный полдник::	1. Каша пшеничная молочная	150	200	5,76	7,28	24,08	180	7,68	9,7	32,1	240			107
	2. Кофейный напиток	150	200	2,8	3,2	19	114,8	4,2	4,8	19,6	132,5			94
	3.Печенье (пряник)	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1	2,3	2,9	22,3	125,1			95
Итого за первый день:			47,52	44,24	190,37	1377,31	59,57	54,81	229,5	1681,61	0,035	0,05		