

«УТВЕРЖДАЮ»
Зам.директора по ДО

Гузанова Н.А.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Первая неделя, среда

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 3:														
Завтрак:	1. Каша ячневая молочная	150	200	5,1	6,53	15,9	102,23	6,8	8,7	21,2	136,3			109
	2. Бутерброд с маслом	30/5	30/5	2,3	4,36	14,62	108	2,3	4,36	14,62	108			84
	3. Какао на молоке	150	200	2,8	3,2	19	114,8	4,2	4,8	19,6	132,5			94
2 - ой завтрак:	1. Витаминный напиток	150	180	0,23	0	28,92	118,13	0,27	0	34,7	141,75			98
Обед:	1. Свежий огурец	40	60	0,34	2,54	1,05	28,25	0,54	4,06	2,68	35,2			102
	2. Суп вермишелевый на курином бульоне с яйцом	150	200	1,34	4,68	8,7	81	1,78	6,24	11,6	108			18
	3. Голубцы ленивые	140	170	6,4	9,8	10,6	225	16,2	16,2	12,9	319			50
	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. Сырники из творога со сгущенным молоком	100/20	100/20	22,04	20,68	35,54	416,89	22,04	20,68	35,54	416,89			63
	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 третий день:				44,8	53,25	181,84	1449,16	59,3	66,79	212,8	1720,35	0,035	0,05	