

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Д/с МБДОУ "Кемлянский детский сад" Р

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

27 Января 2022г.

Прием пищи	Наименование продуктов	Масса, г.			Калорийность, ккал.	Химический состав				
		брутто	нетто	выход		Б, г.	Ж, г.	У, г.	Вит. С, (мг)	
ЗАВТРАК					567	601,58	16,99	18,50	91,82	8,71
Каша "Дружба"					200	222,00	8,00	8,00	30,00	2,00
	Молоко	180,00	180,000		106,56	5,22	5,76	8,46	2,340	
	Крупа рисовая	15,40	15,400		51,28	1,08	0,15	11,40		
	Крупа пшено	10,27	10,270		35,09	1,18	0,34	6,83		
	Сахар-песок	3,00	3,000		11,98			2,99		
	Соль йодированная	0,25	0,250							
	Масло сливочное	3,00	3,000		16,97	0,04	1,85	0,05		
Кофейный напиток с молоком					200	125,00	5,00	5,00	15,00	2,00
	Молоко	160,00	160,000		94,72	4,64	5,12	7,52	2,080	
	Сахар-песок	6,00	6,000		23,95			5,99		
	Кофейный напиток	2,00	2,000		6,20	0,27		1,28		
Бутерброды с маслом					45	122,00	3,00	3,00	20,00	
	Хлеб пшеничный	40,00	40,000		93,76	3,04	0,32	19,68		
	Масло сливочное	5,00	5,000		28,28	0,07	3,08	0,09		
Соки овощные, фруктовые и ягодные					107	67,00			16,00	4,00
	Сок	107,18	107,180		67,42	0,32	0,11	16,29	4,287	
Печенье					15	65,00	1,00	2,00	11,00	
	Печенье				65,37	1,13	1,77	11,24		
ОБЕД					761	802,36	40,87	30,99	90,09	108,13
Салат из капусты белокочанной					60	47,00	1,00	3,00	4,00	25,00
	Капуста белокочанная	70,00	52,000		13,99	0,94	0,05	2,44	23,400	
	Морковь	10,00	7,000		2,36	0,09	0,01	0,48	0,350	
	Лук репчатый	10,00	8,000		3,22	0,11	0,02	0,66	0,800	
	Масло растительное	3,00	3,000		26,97		3,00			
	Соль йодированная	0,30	0,300							
Борщ с капустой и картофелем					200	262,00	12,00	14,00	22,00	51,00
	Сметана 15%	14,84	14,840		23,71	0,39	2,23	0,53	0,059	
	Говядина 1 кат	47,07	42,060		91,86	7,82	6,73			
	Свекла	60,00	45,000		18,95	0,68	0,05	3,96	4,500	
	Картофель	120,00	78,000		59,90	1,56	0,31	12,71	15,600	
	Капуста белокочанная	90,00	67,000		18,02	1,21	0,07	3,15	30,150	
	Морковь	10,00	7,000		2,36	0,09	0,01	0,48	0,350	
	Лук репчатый	10,00	8,000		3,22	0,11	0,02	0,66	0,800	
	Соль йодированная	0,70	0,700							
	Масло сливочное	3,00	3,000		16,97	0,04	1,85	0,05		
	Масло растительное	3,00	3,000		26,97		3,00			

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Д/с МБДОУ " Кемлянский детский сад " Р

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

27 Января 2022г.

Прием пищи	Наименование продуктов	Масса, г.			Калорийность, ккал.	Химический состав				
		брутто	нетто	выход		Б, г.	Ж, г.	У, г.	Вит. С, (мг)	
Суфле рыбное					100	187,00	20,00	9,00	7,00	2,00
	Минтай	164,00	98,000		70,27	15,58	0,88			0,490
	Молоко	20,00	20,000		11,84	0,58	0,64	0,94		0,260
	Яйцо куриное	1/2 шт.	20,400		32,05	2,59	2,35	0,14		
	Масло растительное	3,00	3,000		26,97		3,00			
	Соль йодированная	1,70	1,700							
	Хлеб пшеничный	10,00	10,000		23,44	0,76	0,08	4,92		
	Лук репчатый	10,00	8,000		3,22	0,11	0,02	0,66		0,800
	Масло сливочное	2,00	2,000		11,31	0,03	1,23	0,03		
	Яйцо куриное	1/8 шт.	4,800		7,54	0,61	0,55	0,03		
Пюре картофельное					150	162,00	4,00	4,00	26,00	31,00
	Картофель	220,00	150,000		115,20	3,00	0,60	24,45		30,000
	Молоко	40,00	40,000		23,68	1,16	1,28	1,88		0,520
	Масло сливочное	4,00	4,000		22,62	0,05	2,46	0,07		
	Соль йодированная	0,46	0,460							
Чай с сахаром					200	40,00			10,00	
	Чай	1,00	1,000		0,12			0,03		
	Сахар-песок	10,00	10,000		39,92			9,98		
	Аскорбиновая кислота	0,05	0,050							0,050
Хлеб ржаной					35	68,00	2,00		14,00	
	Хлеб ржаной				68,18	2,14	0,42	13,97		
Хлеб пшеничный					16	38,00	1,00		8,00	
	Хлеб пшеничный				37,50	1,22	0,13	7,87		
ПОЛДНИК					513	531,91	33,01	16,18	63,58	15,79
Запеканка из творога					180	367,00	28,00	11,00	38,00	1,00
	Творог	111,33	111,330		156,98	23,38	5,57	3,34		0,557
	Сахар-песок	5,00	5,000		19,96			4,99		
	Яйцо куриное	1/2 шт.	20,000		31,42	2,54	2,30	0,14		
	Масло сливочное	3,00	3,000		16,97	0,04	1,85	0,05		
	Масло растительное	1,00	1,000		8,99		1,00			
	Соль йодированная	0,41	0,410							
	Яйцо куриное	1/8 шт.	4,800		7,54	0,61	0,55	0,03		
	Крупа рисовая	20,00	20,000		66,60	1,40	0,20	14,80		
	Повидло	22,27	22,270		58,26	0,09		14,48		0,111
Какао с молоком					200	111,00	4,00	5,00	13,00	2,00
	Молоко	140,00	140,000		82,88	4,06	4,48	6,58		1,820
	Сахар-песок	6,00	6,000		23,95			5,99		

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Д/с МБДОУ "Кемлянский детский сад" Р

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

27 Января 2022г.

Прием пищи	Наименование продуктов	Масса, г.			Калорий- ность, ккал.	Химический состав			
		брутто	нетто	выход		Б, г.	Ж, г.	У, г.	Вит. С, (мг)
	Какао-порошок	1,50	1,500		4,10	0,36	0,23	0,15	
	Яблоки			133	54,00	1,00		13,00	13,00
	Яблоки				54,26	0,53		13,03	13,300
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1841	1936,00	91,00	66,00	245,00	133,00