

Меню приготавливаемых блюд

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

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование продуктов	Масса, г.			Калорийность, ккал.	Химический состав				
		брутто	нетто	выход		Б, г.	Ж, г.	У, г.	Вит. С, (мг)	
ЗАВТРАК					564	586,92	16,45	14,47	97,74	
<i>Каша гречневая вязкая</i>					200	298,00	12,00	9,00	42,00	
	Молоко	180,00	180,000		106,56	5,22	5,76	8,46		
	Крупа гречневая	50,14	50,140		154,68	6,32	1,65	28,63		
	Масло сливочное	3,00	3,000		16,97	0,04	1,85	0,05		
	Сахар-песок	5,00	5,000		19,96			4,99		
	Соль йодированная	0,25	0,250							
<i>Кисель с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и школьного возраста</i>					200	29,00			7,00	
	Кисель с витаминами "Витошка"	17,91	17,910		17,19			4,30		
	Сахар-песок	3,00	3,000		11,98			2,99		
<i>Бутерброды с маслом</i>					50	134,00	4,00	3,00	22,00	
	Хлеб пшеничный	45,24	45,240		106,04	3,44	0,36	22,26		
	Масло сливочное	5,00	5,000		28,28	0,07	3,08	0,09		
<i>Соки овощные, фруктовые и ягодные</i>					100	64,00			15,00	
	Сок	101,18	101,180		63,64	0,30	0,10	15,38		
<i>Печенье</i>					14	62,00	1,00	2,00	11,00	
	Печенье	14,14	14,140		61,62	1,06	1,67	10,59		
ОБЕД					752	874,95	48,76	28,91	104,99	
<i>Салат с зеленым горошком с луком</i>					60	52,00	2,00	3,00	4,00	
	Горошек консервированный	92,92	55,550		21,33	1,72		3,61		
	Масло растительное	3,00	3,000		26,97		3,00			
	Соль йодированная	0,15	0,150							
	Лук репчатый	10,00	8,000		3,22	0,11	0,02	0,66		
<i>Суп картофельный с рыбой</i>					200	169,00	9,00	7,00	16,00	
	Минтай	43,51	38,450		27,57	6,11	0,35			
	Сметана 15%	12,11	12,110		19,35	0,31	1,82	0,44		
	Картофель	100,00	65,000		49,92	1,30	0,26	10,60		
	Капуста белокочанная	100,00	80,000		21,52	1,44	0,08	3,76		
	Лук репчатый	10,00	8,000		3,22	0,11	0,02	0,66		
	Морковь	15,00	11,000		3,71	0,14	0,01	0,76		
	Масло сливочное	3,00	3,000		16,97	0,04	1,85	0,05		
	Масло растительное	3,00	3,000		26,97		3,00			
	Соль йодированная	0,80	0,800							
<i>Суфле из птицы</i>					80	280,00	27,00	13,00	13,00	
	Яйцо куриное	1/2 шт.	20,000		31,42	2,54	2,30	0,14		
	Молоко	40,00	40,000		23,68	1,16	1,28	1,88		

Меню приготавливаемых блюд

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

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование продуктов	Масса, г.			Калорий- ность, ккал.	Химический состав			
		брутто	нетто	выход		Б, г.	Ж, г.	У, г.	Вит. С, (мг)
	Масло сливочное	2,00	2,000		11,31	0,03	1,23	0,03	
	Масло растительное	3,00	3,000		26,97		3,00		
	Соль йодированная	0,52	0,520						
	Хлеб пшеничный	10,00	10,000		23,44	0,76	0,08	4,92	
	Грудка куриная	112,82	107,780		156,28	22,63	5,39	4,31	
	Морковь	15,00	11,000		3,71	0,14	0,01	0,76	
	Лук репчатый	10,00	8,000		3,22	0,11	0,02	0,66	
Пюре картофельное				120	138,00	4,00	4,00	22,00	
	Картофель	180,00	120,000		92,16	2,40	0,48	19,56	
	Молоко	40,00	40,000		23,68	1,16	1,28	1,88	
	Масло сливочное	4,00	4,000		22,62	0,05	2,46	0,07	
	Соль йодированная	0,45	0,450						
Компот из смеси сухофруктов				200	41,00			10,00	
	Сухофрукты	14,01	14,010		1,33	0,32		0,01	
	Сахар-песок	10,00	10,000		39,92			9,98	
	Аскорбиновая кислота	0,05	0,050						
Хлеб пшеничный формовой				35	82,00	3,00		17,00	
	Хлеб пшеничный	35,00	35,000		82,04	2,66	0,28	17,22	
Хлеб ржаной				57	112,00	4,00	1,00	23,00	
	Хлеб ржаной	57,71	57,710		112,42	3,52	0,69	23,03	
ПОЛДНИК				542	545,86	37,50	16,03	62,91	
Запеканка из творога				200	399,00	34,00	13,00	37,00	
	Творог	137,88	137,880		194,41	28,95	6,89	4,14	
	Молоко	20,00	20,000		11,84	0,58	0,64	0,94	
	Сахар-песок	5,00	5,000		19,96			4,99	
	Крупа манная	15,00	15,000		49,89	1,55	0,15	10,59	
	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	0,23	0,230						
	Повидло	24,88	24,880		65,09	0,10		16,17	
Кофейный напиток с молоком				200	89,00	3,00	3,00	12,00	
	Молоко	100,00	100,000		59,20	2,90	3,20	4,70	
	Сахар-песок	6,00	6,000		23,95			5,99	
	Кофейный напиток	2,00	2,000		6,20	0,27		1,28	
Яблоки				142	58,00	1,00		14,00	
	Яблоки				57,94	0,57		13,92	

Меню приготавливаемых блюд

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

Приложение №12
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование продуктов	Масса, г.			Калорий- ность, ккал.	Химический состав				
		брутто	нетто	выход		Б, г.	Ж, г.	У, г.	Вит. С, (мг)	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ					1858	2008,00	103,00	59,00	266,00	