

Меню приготавливаемых блюд

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

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

25 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					548	506,38	14,42	15,38	77,61	7,84
Каша рисовая вязкая					200	211,00	7,00	8,00	28,00	2,00
	Молоко	180,00	180,000		106,56	5,22	5,76	8,46	2,340	
	Крупа рисовая	22,70	22,700		75,59	1,59	0,23	16,80		
	Сахар-песок	3,00	3,000		11,98			2,99		
	Масло сливочное	3,00	3,000		16,97	0,04	1,85	0,05		
	Соль йодированная	0,35	0,350							
Какао с молоком					200	98,00	4,00	4,00	12,00	2,00
	Молоко	120,00	120,000		71,04	3,48	3,84	5,64	1,560	
	Сахар-песок	6,00	6,000		23,95			5,99		
	Какао-порошок	1,00	1,000		2,73	0,24	0,15	0,10		
Бутерброды с маслом					50	136,00	4,00	3,00	23,00	
	Хлеб пшеничный	45,80	45,800		107,36	3,48	0,37	22,53		
	Масло сливочное	5,00	5,000		28,28	0,07	3,08	0,09		
Соки овощные, фруктовые и ягодные					98	62,00			15,00	4,00
	Сок	98,44	98,440		61,92	0,30	0,10	14,96	3,938	
ОБЕД					765	877,54	33,82	34,42	108,20	65,85
Салат картофельный с зеленым горошком					60	62,00	2,00	3,00	7,00	9,00
	Картофель	30,00	19,000		14,59	0,38	0,08	3,10	3,800	
	Горошек консервированный	40,00	20,000		7,68	0,62		1,30	2,000	
	Лук репчатый	10,00	7,000		2,81	0,10	0,01	0,57	0,700	
	Масло растительное	3,00	3,000		26,97		3,00			
	Соль йодированная	0,15	0,150							
	Морковь	30,00	22,000		7,41	0,29	0,02	1,52	1,100	
	Огурцы соленые	53,40	26,700		2,67	0,21		0,45	1,335	
Свекольник					200	226,00	9,00	12,00	22,00	25,00
	Говядина 1 кат	35,00	30,000		65,52	5,58	4,80			
	Сметана 15%	10,24	10,240		16,36	0,27	1,54	0,37	0,041	
	Свекла	100,00	80,000		33,68	1,20	0,08	7,04	8,000	
	Картофель	120,00	78,000		59,90	1,56	0,31	12,71	15,600	
	Лук репчатый	10,00	8,000		3,22	0,11	0,02	0,66	0,800	
	Морковь	15,00	11,000		3,71	0,14	0,01	0,76	0,550	
	Масло растительное	3,00	3,000		26,97		3,00			
	Масло сливочное	3,00	3,000		16,97	0,04	1,85	0,05		
	Соль йодированная	0,80	0,800							
Пюре картофельное					150	167,00	4,00	5,00	26,00	31,00
	Картофель	220,00	150,000		115,20	3,00	0,60	24,45	30,000	

Меню приготавливаемых блюд

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

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

25 Января 2022г.

Прием пищи	Наименование продуктов	Масса, г.			Калорийность, ккал.	Химический состав			
		брутто	нетто	выход		Б, г.	Ж, г.	У, г.	Вит. С, (мг)
	Молоко	40,00	40,000		23,68	1,16	1,28	1,88	0,520
	Масло сливочное	5,00	5,000		28,28	0,07	3,08	0,09	
	Соль йодированная	0,60	0,600						
Компот из смеси сухофруктов				200	41,00			10,00	
	Сухофрукты	12,02	12,020		1,14	0,28		0,01	0,391
	Сахар-песок	10,00	10,000		39,92			9,98	
	Аскорбиновая кислота	0,05	0,050						0,050
Хлеб ржаной				54	105,00	3,00	1,00	22,00	
	Хлеб ржаной				105,19	3,29	0,65	21,55	
Хлеб пшеничный				31	73,00	2,00		15,00	
	Хлеб пшеничный				72,66	2,36	0,25	15,25	
Котлеты из говядины				70	203,00	13,00	14,00	6,00	1,00
	Говядина 1 кат	65,00	60,000		131,04	11,16	9,60		
	Молоко	20,00	20,000		11,84	0,58	0,64	0,94	0,260
	Хлеб пшеничный	10,00	10,000		23,44	0,76	0,08	4,92	
	Масло растительное	3,00	3,000		26,97		3,00		
	Соль йодированная	0,28	0,280						
	Яйцо куриное	1/9 шт.	4,400		6,91	0,56	0,51	0,03	
	Лук репчатый	10,00	7,000		2,81	0,10	0,01	0,57	0,700
ПОЛДНИК				527	450,41	12,47	12,36	72,35	17,58
Блинчики				120	295,00	7,00	8,00	50,00	1,00
	Молоко	60,00	60,000		35,52	1,74	1,92	2,82	0,780
	Мука	40,00	40,000		133,40	4,12	0,44	28,24	
	Яйцо куриное	1/8 шт.	4,800		7,54	0,61	0,55	0,03	
	Масло растительное	3,00	3,000		26,97		3,00		
	Сахар-песок	5,00	5,000		19,96			4,99	
	Соль йодированная	1,00	1,000						
	Повидло	20,70	20,700		54,15	0,08		13,46	0,104
	Масло сливочное	3,00	3,000		16,97	0,04	1,85	0,05	
	Дрожжи	1,00	1,000		0,85	0,13		0,09	
Яйцо вареное				40	63,00	5,00	5,00		
	Яйцо куриное	1 шт.	40,000		62,84	5,08	4,60	0,28	
Чай с сахаром				200	24,00			6,00	
	Сахар-песок	6,00	6,000		23,95			5,99	
	Чай	1,00	1,000		0,12			0,03	
Яблоки				167	68,00	1,00		16,00	17,00
	Яблоки				68,14	0,67		16,37	16,700

Меню приготавливаемых блюд

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

Приложение №12
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

25 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)	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ					1840	1834,00	61,00	62,00	258,00	91,00