

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					563	528,64	14,13	13,42	87,86	
<i>Каша гречневая вязкая</i>					200	241,00	9,00	8,00	33,00	
	Молоко	150,00	150,000		88,80	4,35	4,80	7,05		
	Крупа гречневая	40,00	40,000		123,40	5,04	1,32	22,84		
	Масло сливочное	3,00	3,000		16,97	0,04	1,85	0,05		
	Сахар-песок	3,00	3,000		11,98			2,99		
	Соль йодированная	0,35	0,350							
<i>Кисель с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и школьного возраста</i>					200	28,00			7,00	
	Кисель с витаминами "Витошка"	16,65	16,650		15,98			4,00		
	Сахар-песок	3,00	3,000		11,98			2,99		
<i>Бутерброды с маслом</i>					45	123,00	3,00	3,00	20,00	
	Хлеб пшеничный	40,54	40,540		95,03	3,08	0,32	19,95		
	Масло сливочное	5,00	5,000		28,28	0,07	3,08	0,09		
<i>Соки овощные, фруктовые и ягодные</i>					102	64,00			16,00	
	Сок	102,32	102,320		64,36	0,31	0,10	15,55		
<i>Печенье</i>					16	72,00	1,00	2,00	12,00	
	Печенье	16,49	16,490		71,86	1,24	1,95	12,35		
ОБЕД					730	763,21	42,64	25,24	91,38	
<i>Овощи консервированные (порциями)</i>					60	7,00	1,00		1,00	
	Огурцы соленые	72,76	65,160		6,52	0,52		1,11		
<i>Суп картофельный с рыбой</i>					200	170,00	10,00	7,00	16,00	
	Минтай	45,14	40,120		28,77	6,38	0,36			
	Сметана 15%	11,81	11,810		18,87	0,31	1,77	0,43		
	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>					70	253,00	24,00	13,00	11,00	
	Яйцо куриное	1/2 шт.	20,400		32,05	2,59	2,35	0,14		
	Молоко	40,00	40,000		23,68	1,16	1,28	1,88		
	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	0,40	0,400							

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)
	Грудка куриная	110,11	88,090		127,73	18,50	4,40	3,52	
	Яйцо куриное	1/8 шт.	4,800		7,54	0,61	0,55	0,03	
	Хлеб пшеничный	10,00	10,000		23,44	0,76	0,08	4,92	
	Пюре картофельное			130	146,00	4,00	4,00	23,00	
	Картофель	190,00	130,000		99,84	2,60	0,52	21,19	
	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	0,40	0,400						
	Компот из смеси сухофруктов			200	41,00			10,00	
	Сухофрукты	12,30	12,300		1,17	0,28		0,01	
	Сахар-песок	10,00	10,000		39,92			9,98	
	Аскорбиновая кислота	0,05	0,050						
	Хлеб пшеничный формовой			25	59,00	2,00		12,00	
	Хлеб пшеничный	25,00	25,000		58,60	1,90	0,20	12,30	
	Хлеб ржаной			45	88,00	3,00	1,00	18,00	
	Хлеб ржаной	45,27	45,270		88,19	2,76	0,54	18,06	
	ПОЛДНИК			400	338,82	12,15	13,57	42,03	
	Суп молочный с крупой			200	202,00	7,00	8,00	26,00	
	Молоко	180,00	180,000		106,56	5,22	5,76	8,46	
	Крупа рисовая	20,00	20,000		66,60	1,40	0,20	14,80	
	Масло сливочное	3,00	3,000		16,97	0,04	1,85	0,05	
	Сахар-песок	3,00	3,000		11,98			2,99	
	Соль йодированная	1,20	1,200						
	Кофейный напиток с молоком			200	137,00	5,00	6,00	16,00	
	Молоко	180,00	180,000		106,56	5,22	5,76	8,46	
	Сахар-песок	6,00	6,000		23,95			5,99	
	Кофейный напиток	2,00	2,000		6,20	0,27		1,28	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1693	1631,00	69,00	52,00	221,00	