

Меню приготавливаемых блюд

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

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

1 Февраля 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	581,35	16,84	14,88	95,00	6,50
Кофейный напиток с молоком					200	106,00	4,00	4,00	13,00	2,00
	Молоко	130,00	130,000		76,96	3,77	4,16	6,11	1,690	
	Сахар-песок	6,00	6,000		23,95			5,99		
	Кофейный напиток	1,50	1,500		4,65	0,20		0,96		
Макаронны отварные с сыром					200	228,00	9,00	6,00	36,00	
	Макаронные изделия	50,00	50,000		168,85	5,50	0,65	35,25		
	Сыр	11,79	11,790		42,03	3,07	3,12	0,41	0,330	
	Масло сливочное	3,00	3,000		16,97	0,04	1,85	0,05		
	Соль йодированная	2,20	2,200							
Бутерброды с маслом					40	109,00	3,00	3,00	18,00	
	Хлеб пшеничный	35,40	35,400		82,98	2,69	0,28	17,42		
	Масло сливочное	4,67	4,670		26,41	0,06	2,87	0,08		
Соки овощные, фруктовые и ягодные					112	71,00			17,00	4,00
	Сок	112,11	112,110		70,52	0,34	0,11	17,04	4,484	
Печенье					15	68,00	1,00	2,00	12,00	
	Печенье	15,61	15,610		68,03	1,17	1,84	11,69		
ОБЕД					734	659,49	30,97	26,14	75,16	91,15
Салат с зеленым горошком с луком					60	52,00	2,00	3,00	4,00	7,00
	Горошек консервированный	95,79	57,470		22,07	1,78		3,74	5,747	
	Масло растительное	3,00	3,000		26,97		3,00			
	Соль йодированная	0,20	0,200							
	Лук репчатый	10,00	8,000		3,22	0,11	0,02	0,66	0,800	
Суп картофельный с клецками					200	215,00	10,00	9,00	23,00	17,00
	Масло сливочное	3,00	3,000		16,97	0,04	1,85	0,05		
	Картофель	120,00	78,000		59,90	1,56	0,31	12,71	15,600	
	Морковь	15,00	11,000		3,71	0,14	0,01	0,76	0,550	
	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	0,67	0,670							
	Мука	10,00	10,000		33,35	1,03	0,11	7,06		
	Яйцо куриное	1/8 шт.	4,800		7,54	0,61	0,55	0,03		
	Соль йодированная	0,07	0,070							
	Грудка куриная	34,91	29,920		43,38	6,28	1,50	1,20		
	Сметана 15%	12,28	12,280		19,62	0,32	1,84	0,44	0,049	
Котлеты из говядины					70	166,00	12,00	10,00	7,00	1,00
	Говядина 1 кат	60,00	55,000		120,12	10,23	8,80			

Меню приготавливаемых блюд

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

Приложение №12
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

1 Февраля 2022г.

Прием пищи	Наименование продуктов	Масса, г.			Калорийность, ккал.	Химический состав			
		брутто	нетто	выход		Б, г.	Ж, г.	У, г.	Вит. С, (мг)
	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	
	Соль йодированная	0,60	0,600						
	Яйцо куриное	1/8 шт.	4,800		7,54	0,61	0,55	0,03	
	Лук репчатый	10,00	8,000		3,22	0,11	0,02	0,66	0,800
	Овощи отварные			150	74,00	3,00	3,00	8,00	66,00
	Масло сливочное	5,00	5,000		28,28	0,07	3,08	0,09	
	Соль йодированная	0,55	0,550						
	Капуста белокочанная	170,00	144,000		38,74	2,59	0,14	6,77	64,800
	Морковь	15,00	11,000		3,71	0,14	0,01	0,76	0,550
	Лук репчатый	10,00	8,000		3,22	0,11	0,02	0,66	0,800
	Компот из смеси сухофруктов			200	41,00			10,00	
	Сухофрукты	10,70	10,700		1,02	0,25		0,01	0,348
	Сахар-песок	10,00	10,000		39,92			9,98	
	Аскорбиновая кислота	0,05	0,050						0,050
	Хлеб пшеничный			16	38,00	1,00		8,00	
	Хлеб пшеничный				37,50	1,22	0,13	7,87	
	Хлеб ржаной			38	74,00	2,00		15,00	
	Хлеб ржаной				74,02	2,32	0,46	15,16	
	ПОЛДНИК			451	437,69	11,13	9,90	76,02	16,66
	Булочка домашняя			100	309,00	9,00	8,00	50,00	1,00
	Мука	60,00	60,000		200,10	6,18	0,66	42,36	
	Масло сливочное	3,00	3,000		16,97	0,04	1,85	0,05	
	Сахар-песок	5,00	5,000		19,96			4,99	
	Дрожжи	1,70	1,700		1,44	0,22		0,14	
	Соль йодированная	0,67	0,670						
	Масло растительное	3,00	3,000		26,97		3,00		
	Яйцо куриное	1/8 шт.	4,800		7,54	0,61	0,55	0,03	
	Молоко	60,00	60,000		35,52	1,74	1,92	2,82	0,780
	Чай с молоком			200	68,00	2,00	2,00	11,00	1,00
	Чай	1,00	1,000		0,12			0,03	
	Молоко	60,00	60,000		35,52	1,74	1,92	2,82	0,780
	Сахар-песок	8,00	8,000		31,94			7,98	
	Яблоки			151	62,00	1,00		15,00	15,00
	Яблоки				61,61	0,60		14,80	15,100
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1752	1679,00	59,00	51,00	246,00	114,00