УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МБДОУ "Детский сад
"Планета детства" комбинированного вида"
_____ /Н.В. Ворожцова/

МЕНЮ
22 мая 2023 г.
Ясли 12 часов

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал.	Витамин С, мг.
				Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК								
1	313	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,59	6,09	38,64	243	0
2	3	Хлеб с маслом	34	2,3	4,36	14,62	108	0
3.	113	Чай сладкий	150	9,00	2,30	10,00	39,80	4,50
4.								
ИТОГО			334,00	19,89	12,75	63,26	390,80	4,50
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	-	Сок	100	0,3	0	16,5	0,2	0
ИТОГО			100	0,3	0	16,5	0,2	0
ОБЕД								
1.	5	Салат "Витаминный"	40	0,44	4,04	4,24	55,2	6,16
2.	56	Щи на м/к бульоне со сметаной	159	2,95	4,8	6,87	94,49	15,54
3.	327	Мясные зразы с молочным соусом	150	2,9	4	9,3	101	0
4.								
5.	40	Компот из сухофруктов	150,00	0,23	0,01	18,28	72,57	0,21
6.	-	Хлеб ржаной	40,00	2,56	0,40	12,96	67,66	0,00
ИТОГО			539	9,08	13,25	51,65	390,92	21,91
ПОЛОДНИК								
1.	-	Молоко	150	4,5	3,8	7,,4	82,5	8
2.	62	Пирожки с повидлом	40	3,71	4,43	32,93	187,64	0,2
ИТОГО			190	8,21	8,23	32,93	270,14	8,2
УЖИН								
1.	43	Суп молочный пшенный	150	4,32	4,97	13,71	117	0,88
2.								
3.	113	Чай сладкий	150	9,00	2,30	10,00	39,80	4,50
4.	-	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,58	10,10	51,62	0,00
ИТОГО			320	14,82	7,85	33,81	208,42	5,38
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			1483	52,30	42,08	198,15	1260,48	39,99

Диетсестра _____ Н.С. Учайкина

Повар _____ О.М. Тимошкина

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МБДОУ "Детский сад
"Планета детства" комбинированного вида"
_____ /Н.В. Ворожцова/

МЕНЮ
22 мая 2023 г.
Сад 12 часов

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал.	Витамин С, мг.
				Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК								
1	313	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,46	8,12	51,52	324	0,00
2	3	Хлеб с маслом	45	2,96	5,61	18,80	138,86	0,00
3.	113	Чай сладкий	200	4,80	4,80	24,92	159,56	5,80
4.	7	Сыр	15	3,47	4,44	0,00	54,00	0,11
ИТОГО			460	22,69	14,84	43,72	352,42	5,91
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1.	-	Сок	100	5,9	8,11	31,29	229,76	0
ИТОГО			100	5,9	8,11	31,29	229,76	0
ОБЕД								
1.	5	Салат "Витаминный"	60	0,66	6,06	6,36	82,8	9,24
2.	56	Щи на м/к бульоне со сметаной	211	3,92	7,55	9,15	125,97	20,71
3.	327	Мясные зразы с молочным соусом	200	3,87	5,33	12,4	134,67	0
4.	40	Компот из сухофруктов	200	0,31	0,01	24,37	96,76	0,28
5.	-	Хлеб ржаной	50	3,25	0,5	21,25	102	0
6.								
ИТОГО			721	12,01	19,45	73,53	542,2	30,23
ПОЛОДНИК								
1.	-	Молоко	150	4,5	3,8	7,4	82,5	0,8
2.	62	Пирожки с повидлом	60	5,57	6,65	49,40	281,45	0,30
ИТОГО			210	10,07	10,45	56,80	363,95	1,10
УЖИН								
1.	43	Суп молочный пшенный	200	5,76	6,63	18,28	156,00	1,17
2.	113	Чай сладкий	200	12,00	3,10	14,00	53,06	6,00
3.	-	Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	15,15	77,43	0,00
4.								
ИТОГО			430	20,01	10,6	47,43	286,49	7,17
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			1921,00	70,67	63,45	252,76	1774,82	44,41

Диетсестра _____ Н.С. Учайкина

Повар _____ О.М.Тимошкина