

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)	
ЗАВТРАК					557	559,92	13,48	13,82	95,45	
Каша "Дружба"					200	276,00	9,00	8,00	41,00	
	Молоко	180,00	180,000		106,56	5,22	5,76	8,46		
	Крупа рисовая	22,39	22,390		74,56	1,57	0,22	16,57		
	Крупа пшено	17,10	17,100		58,43	1,97	0,56	11,37		
	Сахар-песок	5,00	5,000		19,96			4,99		
	Масло сливочное	3,00	3,000		16,97	0,04	1,85	0,05		
	Соль йодированная	0,20	0,200							
Кисель с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и школьного возраста					200	29,00			7,00	
	Кисель с витаминами "Витошка"	17,39	17,390		16,69			4,17		
	Сахар-песок	3,00	3,000		11,98			2,99		
Бутерброды с маслом					45	124,00	3,00	3,00	20,00	
	Хлеб пшеничный	40,77	40,770		95,56	3,10	0,33	20,06		
	Масло сливочное	5,00	5,000		28,28	0,07	3,08	0,09		
Соки овощные, фруктовые и ягодные					95	60,00			15,00	
	Сок	95,57	95,570		60,11	0,29	0,10	14,53		
Печенье					17	71,00	1,00	2,00	12,00	
	Печенье	16,25	16,250		70,82	1,22	1,92	12,17		
ОБЕД					739	815,98	35,35	31,62	97,58	
Салат весенний					60	63,00	2,00	3,00	7,00	
	Картофель	30,00	20,000		15,36	0,40	0,08	3,26		
	Огурцы соленые	29,09	15,050		1,51	0,12		0,26		
	Лук репчатый	10,00	8,000		3,22	0,11	0,02	0,66		
	Морковь	30,00	22,000		7,41	0,29	0,02	1,52		
	Масло растительное	3,00	3,000		26,97		3,00			
	Соль йодированная	0,25	0,250							
	Горошек консервированный	34,66	21,010		8,07	0,65		1,37		
Щи из свежей капусты с картофелем					200	192,00	11,00	9,00	17,00	
	Сметана 15%	11,39	11,390		18,20	0,30	1,71	0,41		
	Капуста белокочанная	80,00	60,000		16,14	1,08	0,06	2,82		
	Картофель	100,00	65,000		49,92	1,30	0,26	10,60		
	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		
	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							

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)
	Грудка куриная	44,32	39,280		56,96	8,25	1,96	1,57	
	Котлеты из говядины			70	204,00	13,00	14,00	7,00	
	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	
	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	
	Лук репчатый	10,00	8,000		3,22	0,11	0,02	0,66	
	Масло растительное	3,00	3,000		26,97		3,00		
	Соль йодированная	0,58	0,580						
	Пюре картофельное			130	152,00	4,00	5,00	23,00	
	Картофель	200,00	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	5,00	5,000		28,28	0,07	3,08	0,09	
	Соль йодированная	0,50	0,500						
	Компот из смеси сухофруктов			200	41,00			10,00	
	Сухофрукты	13,41	13,410		1,28	0,31		0,01	
	Сахар-песок	10,00	10,000		39,92			9,98	
	Аскорбиновая кислота	0,05	0,050						
	Хлеб пшеничный формовой			24	56,00	2,00		12,00	
	Хлеб пшеничный	24,00	24,000		56,26	1,82	0,19	11,81	
	Хлеб ржаной			55	108,00	3,00	1,00	22,00	
	Хлеб ржаной	55,46	55,460		108,04	3,38	0,67	22,13	
	ПОЛДНИК			507	457,71	36,67	14,64	44,88	
	Суфле рыбное			150	242,00	31,00	10,00	8,00	
	Минтай	170,00	165,000		118,31	26,24	1,49		
	Молоко	30,00	30,000		17,76	0,87	0,96	1,41	
	Яйцо куриное	1/2 шт.	20,400		32,05	2,59	2,35	0,14	
	Хлеб пшеничный	10,00	10,000		23,44	0,76	0,08	4,92	
	Лук репчатый	10,00	8,000		3,22	0,11	0,02	0,66	
	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	1,20	1,200						
	Морковь	15,00	11,000		3,71	0,14	0,01	0,76	
	Снежок			195	149,00	5,00	5,00	21,00	
	Снежок				149,18	5,27	4,88	21,06	
	Яблоки			162	66,00	1,00		16,00	
	Яблоки				66,10	0,65		15,88	

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)	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ					1803	1834,00	86,00	60,00	238,00	