

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ

№2 "Жемчужинка"

Л. Н. Гаманова

Ежедневное меню приготавливаемых блюд

Длительность пребывания детей в ДОО: 10 часов

Возрастная категория: Группы раннего возраста (1-3 года)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой овсяной	150	6,08	6,29	22,35	171,02
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,73	71,4
	Масло (порциями)	5	0,04	3,62	0,06	33
	Чай с лимоном	150/7/3	0,11	0,01	6,06	26,27
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		335	8,63	10,22	43,20	301,69
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,15	69
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	0,75	0,15	15,15	69
ОБЕД	Суп крестьянский со сметаной	180	2,47	5,58	15,70	123,44
	Каша рассыпчатая	110	10,71	5,40	48,39	284,57
	Мясо тушеное	50	6,03	13,56	1,70	169,57
	Салат из свежих помидоров и огурцов	40	1,12	0,00	0,52	6,44
	Кисель	180	0,00	0,00	6,41	25,81
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	43,5
ИТОГО ЗА ОБЕД		610	23,88	25,04	93,37	712,08
ПОЛДНИК	Запеканка из творога	100	14,45	10,39	8,96	186,82
	Кофейный напиток на молоке	150	3,90	3,45	10,32	88,94
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	18,35	13,84	19,28	275,76
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1345	51,61	49,25	171,00	1358,53

Возрастная категория: Группы дошкольного возраста (3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой овсяной	200	8,10	8,38	29,80	228,02
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,73	71,4
	Масло (порциями)	5	0,04	3,62	0,06	33
	Чай с лимоном	180/10/7	0,13	0,02	7,27	31,52
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		415	10,67	12,32	51,86	363,94
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,18	82,8
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		180	0,90	0,18	18,18	82,8
ОБЕД	Суп крестьянский со сметаной	200	2,74	6,20	17,44	137,16
	Каша рассыпчатая	130	12,66	6,38	57,19	336,31
	Мясо тушеное	70	8,45	18,99	2,37	237,39
	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	1,68	0,00	0,78	9,66
	Кисель	180	0,00	0,00	6,41	25,81
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	43,5
ИТОГО ЗА ОБЕД		690	29,08	32,07	104,84	848,58
ПОЛДНИК	Запеканка из творога	120	17,34	12,47	10,75	224,18
	Кофейный напиток на молоке	180	4,68	4,14	12,38	106,72
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	22,02	16,61	23,13	330,9
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1585	62,67	61,18	198,01	1626,22

Медицинская сестра  Коппель Т. В