



Неделя: 1
День: 3

МЕНЮ 02 Октября 2024г.

Сад (3-7 лет)

Наименование блюда	Выход гр	Химический состав			Энергет. ценность ккал	N рецеп- туры
		Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша жидкая (рисовая) с сахаром	180	1,98	0,36	30,6	131,4	ТК-№311
Чай с молоком и сахаром	180	1,26	1,26	10,08	54,9	ТК-№267
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,09	5,66	18,64	140,14	Т-К № ПР-сб/М
Итого	400	6,33	7,28	59,37	326,44	
Второй завтрак						
Фрукты или ягоды свежие (яблоки)	130	0,52	0,52	12,74	61,1	Т-К №338 М.П. Магильно го 2017
Итого	130	0,52	0,52	12,74	61,1	
Обед						
Салат из сырых овощей	50	0,33	2,25	1,58	27,5	ТК- №23р№3
Суп картофельный с клецками	180	2,41	8,19	10,8	71,96	ТК-№38
Птица отварная	70	15,6	17	0,91	208,3	ТК-№192
Капуста тушеная	130	3,41	4,2	14,89	113,31	ТТК- №210
Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	-	25,1	102,41	ТК-№255
Хлеб ржаной	50	2,85	3,78	24,7	119,95	ТК-№7
Итого	660	25,06	32,19	77,97	643,42	
Полдник						
Печенье "Нарезное"	50	2,85	3,78	26,03	191,5	Т-К№451
Молоко кипяченое	200	5,6	6,4	9,4	117,6	ТК-№260
Итого	250	8,45	10,18	35,43	309,1	
Ужин						
Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	63	Т-К№209
Макаронные изделия отварные	170	5,58	6	36,64	239,24	ТК-№204
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	ТК-№389
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К № ПР-сб/М
Итого	450	14,82	11	76,44	480,56	
Всего		57,75	61,16	277,89	1838,83	

Составил

Шеф-повар
(подпись)

Имельбаева В.Г.
(подпись)

Имельбаева В.Г.
(расшифровка подписи)