



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАДОУ "ДС №7 "Незабудка"

Храпина И.Н.

2024г

Неделя: 2

День: 5

МЕНЮ

6 Декабря 2024

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 (пшеничная) с маслом(Молоко 3,2%, крупа пшеничная, сахар, масло сливочное 72,5%)	200	4,2	8,4	26,2	202	№489 "Хлебпроди нформ" 2004
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К №ПР-
Чай с сахаром(Чай байховый, сахар)	200	0,1	0,03	9,1	25	ТК-№266
Итого	440	7,46	8,83	54,62	320,52	
Второй завтрак						
Кисломолочный продукт (йогурт)	170	4,93	4,19	6,8	85	Т-К №386 сб/под ред. М.П Магильного Де Ли плюс
Итого	170	4,93	4,19	6,8	85	
Обед						
Салат из сырых овощей(Морковь, помидор, огурец, капуста, масло подсолнечное, сахар, кислота лимонная)	60	0,4	2,7	1,9	33	ТК- №23р№37 Уфа 2014 изд 14
Свекольник(Свекла, картофель, морковь, лук репчатый, зелень свежая, сметана, сахар, томатная паста)	250	1,93	6,33	10,05	104,15	ТК-№35 Пермь 2001
Картофель отварной(Картофель, масло сливочное 72,5%)	140	2,93	6,57	25,4	170,3	ТК-№214 Пермь 2001
Печень по-строгановски(Печень говяжья, сметана 15%, мука, масло подсолнечное)	70	12,9	8,14	1,58	125,13	ТК-№122 ТТК-№431 Уфа 2014
Соки овощные, фруктовые и ягодные(Сок фруктовый)	200	1	0	20,2	84,8	Т-К №389 сб/под ред.
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	119,95	Т-К №ПР-
Итого	700	20,34	24,28	83,82	637,32	
Полдник						
Молоко кипячёнок(Молоко 3,2%)	200	5,4	5,6	8,6	106,8	ТК-№260 Пермь 2001
Булочка сдобная (Мука, дрожжи, сахар, яйца, молоко 3,2%)	50	3,9	4,3	26,3	159	ТК- №257р85 Уфа 2014
Итого	250	9,3	9,9	34,9	265,8	
Ужин						
Пудинг из творога с рисом(Творог, яйца, сахар, крупа рисовая, сметана 15%, масло сливочное 72,5%)	150	16,47	4,04	21,62	188,76	ТК-№134 Пермь 2001
Напиток из шиповника (Шиповник, сахар)	180	0,61	0	18,9	42,18	ТК-№261 Пермь 2001
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К №ПР-
Фрукты или ягоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	380,86	Т-К №338- сб/под ред. М.П Магильного Де Ли плюс
Итого	490	20,72	4,92	71,6	380,86	
Всего		62,75	52,12	251,74	1689,5	

Составил

Шеф-повар

(подпись)

(подпись)

Имельбаева В.Г.

(расшифровка подписи)