



УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАДОУ "ДС №7 "Назабудка"
Коллоница И.Н.
г. Мегийон

Неделя: 1
День: 3

МЕНЮ
27 Ноября 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 рисовая молочная Состав: Молоко коровье ультрапастеризованное, Крупа рис, Масло сливочное 72,5%, Сахар песок	180	1,98	0,36	30,6	131,4	ТТК-№311
Чай с молоком и сахаром Состав: Молоко пастеризованное, Сахар песок, Чай черный, байховый, листовой	180	1,26	1,26	10,08	54,9	ТК-№267 ТТК-№10 Уфа 2014
Хлеб пшеничный йодированный Состав: Хлеб пшеничный йодированный	40	3,09	5,66	18,64	140,14	Т-К № ПР-сб/М.П Магильно го
Итого	400	6,33	7,28	59,32	326,44	
Второй завтрак						
Плоды или ягоды свежие (яблоки) Состав: Яблоки свежие	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 Состав: Огурцы свежие, Капуста свежая белокочанная, Морковь свежая, Масло подсолнечное, Сахар песок, Кислота лимонная, Соль йодированная	50	0,75	2,25	5,5	45	ТК-№22
Суп картофельный с клецками Состав: Картофель свежий, Морковь свежая, Лук репчатый, Мука пшеничная в/с, Масло сливочное 72,5%, Яйца куриные	200	2,68	9,1	12	79,96	ТК-№38
Птица отварная Состав: Цыпленок - бройлер охлажденный, Масло сливочное 72,5%, Морковь свежая	70	17,01	17	0,91	226,5	ТК-№192
Картофель отварной Состав: Картофель свежий, Масло сливочное 72,5%	130	2,72	6,1	23,58	158,13	ТК-№214
Компот из смеси сухофруктов Состав: Сухофрукты, Сахар песок	200	0,56	-	27,89	113,78	ТК-№255
Хлеб Состав: Хлеб Дарницкий	50	2,8	0,55	24,7	119,95	ТК-№7
Итого	700	26,51	35	94,58	743,32	
Полдник						
Печенье "Нарезное" Состав: Мука пшеничная в/с, Сахар песок, Масло сливочное 72,5%, Яйца куриные, Ванилин	50	3,35	3,78	36,03	191,5	ТК-№287
Молоко кипяченое Состав: Молоко коровье ультрапастеризованное	200	5,6	6,4	9,4	117,6	ТК-№260
Итого	250	8,95	10,18	45,43	309,1	
Ужин						
Яйцо варёное Состав: Яйцо куриное столовое С-1	40	5,08	4,6	0,28	63	Т-К№209 М.П Магильно го
Макаронные изделия отварные Состав: Макаронные изделия, Масло сливочное 72,5%	170	6,26	6	40,04	239,24	ТК-№204
Чай с лимоном и сахаром Состав: Чай байховый, Сахар, Лимон	200	0,2	0,3	9,3	37	ТК-№268
Хлеб пшеничный йодированный Состав: Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К № ПР-сб/М.П Магильно го
Итого	450	14,7	11,03	68,94	432,76	
Всего		57	64	281	1872,73	

Составил _____ Шеф-повар

(должность)

Имельбаева В.Г.

(подпись)

Имельбаева В.Г.

(расшифровка подписи)