

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАДОУ "ДС №7 "Незабудка"
Копалина И.Н. 20 ____ г.

И.Н. Копалина

Неделя: 2
День: 1

МЕНЮ 16 Декабря 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						
Суп молочный с крупой (рисовой) (Крупа рисовая, молоко 3,2%, сахар, масло сливочное)	200	4,94	6,06	18,62	148,54	ТК№44
Кофейный напиток с молоком (Кофейный порошок, молоко 3,2%, сахар)	180	2,52	2,52	13,23	83,7	ТТК-270
Бутерброд с сыром (Хлеб пшеничный, сыр сычужный)	40	5	3	14,5	106	ТК-№3нр1 Уфа 2014
Итого	420	12,46	11,58	46,35	338,24	
Второй завтрак						
Сок фруктовый (Сок в ассортименте)	200	1	0	20,2	84,8	Т-К№389
Итого	200	1	0	20,2	84,8	
Обед						
Свекла отварная (Свекла свежая)	60	0,8	0,1	4,3	21	ТК-№16
Суп пюре из картофеля (Картофель, морковь, лук репчатый, молоко 3,2%, масло сливочное, мука пшеничная)	250	3,38	5,15	21,06	144,14	ТК-№49
Котлеты из говядины (Мясо говяжье, хлеб пшеничный, масло сливочное)	80	8,34	10,29	8,14	164	ТК-№268
Капуста тушеная (Капуста свежая, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная, сахар)	150	3,93	4,85	20,18	130,74	ТК-№210
Компот из апельсинов (Апельсины, сахар)	200	0,48	0,26	22,8	44,96	ТК-№24
Хлеб ржаной	50	2,8	0,55	24,7	119,95	Т-К№ПР-
Итого	790	19,73	21,19	101,18	624,79	
Полдник						
Булочка молочная (Мука пшеничная, молоко 3,2%, дрожжи, соль)	50	4,7	1,1	26	135	ТК-№259
Молоко кипяченое (Молоко 3,2%)	200	5,4	5,6	8,6	106,8	ТК-№260
Итого	250	10,1	6,7	34,6	241,8	
Ужин						
Рыба запеченная с морковью (Горбуша, лук репчатый, морковь, сметана 15%, мука пшеничная)	210	26,95	17,33	5,78	287	ТК-№86
Фрукты или ягоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	Т-К№338
Чай с сахаром (Чай байховый, сахар)	180	0,09	0,03	8,19	22,5	ТК-№266 р ТТК-№10 Уфа 2014
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К № ПР-сб/М.П Магильно го
Итого	530	30,6	18,15	43,09	450,02	
Всего		73,89	57,62	245,41	1739,65	

Составил

Шеф-повар
(подпись)

Имельбаева В.Г.
(подпись)

Имельбаева В.Г.
(расшифровка подписи)