Примерное меню и пищевая ценность блюд (лист 14)

21.11.2023

Подписан: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ " ДЕТСКИЙ САД № 35"
Основание: я подтверждаю этот документ
Дата: 2023-11-21 09:31:25

14 **День:** 4
Неделя: 3
Сезон: Основной с 01 сентября по 01 марта
Возрастная категория: 1,5-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
Завтрак							
212	Лапшевник с творогом запеченный	90	7,2	8,6	16,5	164,30	0,1
351	Соус молочный сладкий	30	0,4	0,9	3,5	26,00	0,12
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
1195 к	Чай зеленый с молоком с сахаром	180	1,0	1,2	9,2	52,40	3,8
Завтрак2							
10-00	Сок тыквенно-яблочный прямого отжима с мякотью для детского питания до 3-х лет	100	0,0		9,5	38,00	0,8
Обед							
562 (з)	Салат из помидоров свежих с перцем сладким с растительным маслом	40	0,3	3,8	1,4	55,40	7,5
590 (ТИ)	Свекольник	170	2,8	3,1	10,9	80,22	4,5
302	Филе птицы, тушенное в соусе с овощами и картофелем	180	9,2	2,4	15,8	119,79	8,38
376	Компот из сушеных фруктов (курага)	180	0,8	0,1	14,4	62,70	9,0
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	
Полдник							
769 (с)	Булочка "Домашняя"	60	3,7	6,5	30,1	196,10	2,3
401	Йогурт фруктовый	180	4,3	3,7	15,2	113,00	1,1
Ужин							
291	Запеканка картофельная с мясом отварным	180	9,6	14,7	19,8	263,00	5,2
	Дополнительный гарнир: огурец консервированный	20	0,3	0,04	0,5	3,85	2,0
392	Чай с сахаром	180	1,0	1,2	9,2	52,40	1,1
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 4, НЕДЕЛЯ 3 СЕЗОН ОСНОВНОЙ (с 01.09 по 01.03), возрастная категория 1,5-3 лет			**Пищевые вещества (г)**			**Энерге-тическая ценность (ккал)**	**Витамины (мг)**
			Б	**Ж**	**У**		**С**
			47,2	**47,7**	**202,2**	**1442,3**	**45,8**

Примерное меню и пищевая ценность блюд (лист 14)

21.11.2023

14 **День:** 4
Неделя: 3
Сезон: Основной с 01 сентября по 01 марта
Возрастная категория: 3-7 лет

Подписан: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 35"
Основание: я подтверждаю этот документ
Дата: 2023-11-21 09:31:41

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
Завтрак							
212	Лапшевник с творогом запеченный	110	8,8	10,5	20,2	200,81	0,12
351	Соус молочный сладкий	30	0,4	0,9	3,5	26,00	0,12
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
1195 к	Чай зеленый с молоком с сахаром	200	1,5	1,6	12,1	64,20	4,60
Завтрак2							
10-00	Нектар из смеси фруктов (яблоко-вишня)	100	0,1		10,3	42,00	0,8
Обед							
562 (з)	Салат из помидоров свежих с перцем сладким с растительным маслом	60	0,45	5,7	2,1	83,1	11,30
590 (ТИ)	Свекольник	200	4,2	3,7	14,1	102,50	5,50
302	Филе птицы, тушенное в соусе с овощами и картофелем	200	9,6	2,8	16,1	122,30	8,87
376	Компот из сушеных фруктов (курага) ви.С	200	0,96	0,12	17,28	75,24	10,80
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
Полдник							
769 (с)	Булочка "Домашняя"	70	5,2	9,1	42,1	277,00	0,00
401	Йогурт фруктовый	200	5,3	4,6	18,5	138,6	1,32
Ужин							
291	Запеканка картофельная с мясом отварным	200	10,4	16,6	24,3	298,50	6,40
	Дополнительный гарнир: огурец консервированный	30	0,25	0,03	0,62	3,50	2,50
392	Чай с сахаром	200	1,2	1,5	12,0	64,0	1,30
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	

ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 4, НЕДЕЛЯ 3 СЕЗОН ОСНОВНОЙ (с 01.09 по 01.03), возрастная категория 3-7 лет	**Пищевые вещества (г)**			**Энерге-тическая ценность (ккал)**	**Витамины (мг)**
	Б	**Ж**	**У**		**С**
	58,2	**59,8**	**256,9**	**1797,9**	**53,5**