Примерное меню и пищевая ценность блюд (лист 11)

Подписан: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ " ДЕТСКИЙ САД № 35"
Основание: я подтверждаю этот документ
Дата: 2023-08-23 14:41:19

23.08.2023

11 **День:** 1
Неделя: 3
Сезон: Ограниченный
Возрастная категория: 1,5-3 лет

с 01марта по 01 сентября

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
Завтрак							
262 (к) I	Каша манная молочная жидкая	150	2,9	4,4	17,4	177,50	1,1
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
397	Какао с молоком	180	2,8	2,9	18,8	91,00	1
	Груша	100	0,3	0,0	10,3	47,50	5
Завтрак2							
10-00	Сок фруктовый детям до 3-х лет (яблоко-вишня)	100	0,0	0,0	12,6	46,00	3
Обед							
559(з)	Салат зелёный с помидорами ,с растительным маслом	40	0,2	2,9	1,0	30,6	4,3
138 (к)	Суп гороховый вегетарианский	170	2,9	0,5	14,8	84,60	7,70
278	Бефстроганов из мяса говядины	100	11,2	5,3	2,7	105,4	0,9
204/317	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	110	3,5	4,5	18,6	150,0	0,16
375	Компот из плодов (смородина)	180	0,22	0,09	16,63	68,10	6,5
	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							
776 (с)	Булочка ванильная	60					
	Снежок	180	4,3	3,7	12,0	112,00	1,3
Ужин							
258	Шницель рыбный (филе минтая)	70	6,2	2,2	5,8	82,6	0,1
342	Рагу овощное	110	2,5	4,1	6,8	118,0	4,5
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
392	Чай с сахаром	180	1,0	1,2	9,2	52,40	1,1

ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 1, НЕДЕЛЯ 3 СЕЗОН ОГРАНИЧЕННЫЙ (с 01.03 по 01.09), возрастная категория 1,5-3 лет	**Пищевые вещества (г)**			**Энерге-тическая ценность (ккал)**	**Витамины (мг)**
	Б	**Ж**	**У**		**С**
	50,2	**54,4**	**214,1**	**1671,9**	**69,3**