Примерное меню и пищевая ценность блюд (лист 18)
26.07.2023г.

Подписан: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 35"
Основание: я подтверждаю этот документ
Дата: 2023-07-26 10:05:52

18 **День:** 3
Неделя: 4
Сезон: Ограниченный с 01марта по 01 сентября
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							
	Запеканка из творога	100	11,4	9,4	14,8	207,60	1,1
	Соус молочный сладкий	20	0,3	0,7	2,8	20,60	0,1
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта, масло коровье несолёное порц.,сыр порц.	20/5/7	1,5	0,54	9,7	48,64	
	Кофейный напиток с молоком и сахаром	180	1,1	1,2	9,3	53,20	0,5
	Яблоки	100	1,3	0,4	20	94,00	8,00
Завтрак2							
10-00	Сок фруктовый (детям до трёх лет) яблоко - вишня	100	0,4	0,1	10,1	43,00	2
Обед							
	Суп гороховый с птицей (155/10)	170	3,6	6,3	12,1	153,10	4,4
	Сердце, тушённое в соусе	60	13,6	12,9	35,6	308,2	3,2
	Картофельное пюре	105	3,5	4,5	18,6	150,00	
	Кисель из ягод (смородина)	180	0,1	0,1	12,1	50,00	1,2
	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							
	Булочка розовая	60	2,1	4,2	46,2	165,80	1,3
	Биокефир	180	4,6	4,8	7,3	93,50	1,60
Ужин							
	Салат из помидоров свежих и перцем сладким с растительным маслом	40	0,3	3,5	1,8	35,60	8,7
	Шницель рыбный натуральный	60	9,6	14,7	19,8	263,00	5,2
	Овощи отварные с маслом сливочным	120	6,2	2,2	5,8	82,60	0,1
	Чай с сахаром	180	1,0	1,2	9,2	52,40	1,1
	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	
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 3, НЕДЕЛЯ 4 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**
			59,4	**70,0**	**267,8**	**1939,1**	**38,4**