

Утверждаю: зам. директора по УВР



Л.Р. Римша

меню детского сада на 12 марта

пищевая ценность				Выход гр.	Наименование блюда	Стоимость питания
белки	жиры	углеводы	кКал			

Завтрак

1-3 года

3,84	4,97	24,46	184,63	150	каша рисовая молочная жидкая	12,43
0,9	0,98	17,93	86,89	30	хлеб пшеничный	3,40
2,09	2,39	14,78	89,02	150	напиток кофейный	8,79
6,83	8,34	57,17	360,54		Итого	24,62

Второй завтрак

				100	Сок	6,84
0	0	0	0	100		6,84

Обед

0,45	4,05	4,61	56,77	40	салат из белокочанной капусты с морковью	4,82
7,93	2,47	4,02	69,74	150	суп картофельный с рыбой	20,56
10,36	17,14	26,75	302,64	200	тефтели из говядины, пюре картофельное, соус томатный	59,65
7,71	2,67	53,2	273	30	хлеб пшеничный	1,80
5,57	1	44,5	100	30	хлеб ржаной	1,30
0,25	0	17	68,99	150	Компот из сухофруктов	4,23
32,27	27,33	150,08	871,14		Итого	92,36

Полдник

4,37	7,07	36,8	175,25	65	Омлет	17,80
0,09	0	9,03	36,48	150	Чай с лимоном	3,05
0,4	0,3	10,3	47	150	Фрукт	23,90
4,86	7,37	56,13	258,73		Итого	44,75

Итого за день

168,57

Зав столовой

пищевая ценность				Выход гр.	Наименование блюда	Стоимость питания
белки	жиры	углеводы	кКал			

Завтрак

3-7 лет

6,2	8,05	31,09	222	200	каша рисовая молочная жидкая	13,57
0,9	0,98	17,93	86,89	30	хлеб пшеничный	16,40
3,77	3,93	25,95	153,92	200	напиток кофейный	11,75
10,87	12,96	74,97	462,81		Итого	41,72

Второй завтрак

				100	Сок	6,84
0	0	0	0	100		6,84

Обед

0,68	6,08	6,92	85,16	60	Салат из белокочанной капусты с морковью	7,38
10,57	3,29	5,36	92,99	200	суп картофельный с рыбой	27,35
12,09	19,88	31,20	352,05	230	тефтели из говядины, картофельное пюре, соус томатный	70,28
7,71	2,67	53,20	273	30	хлеб пшеничный	1,80
5,57	1,00	44,50	100	30	хлеб ржаной	1,30
0,33	0,00	22,66	91,98	200	Компот из сухофруктов	5,50
36,95	32,92	163,84	995,18		Итого	113,61

Полдник

4,37	7,07	36,80	175,25	65	Омлет	17,80
0,12	0,00	12,04	48,64	200	Чай с лимоном	3,87
0,40	0,30	10,30	47	150	Фрукт	23,90
4,89	7,37	59,14	270,89		Итого	45,57

Итого за день

207,74

Станкевич С.М.