

Утверждаю: зам. директора по УВР



Л.Р. Римша

меню детского сада на 14 марта

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

Завтрак

1-3 года

5,42	5	29,66	185,15	150	каша ячневая	10,33
0,55	9,69	6,6	117,86	40	бутерброд с маслом	16,40
2,83	2,95	19,46	115	150	какао с молоком	9,32
8,8	17,64	55,72	418,01		Итого	36,05

Второй завтрак

				100	Сок	6,84
0	0	0	0	100		6,84

Обед

0,68	6,08	6,92	85,16	40	сельдь с гарниром	10,55
4,52	7,16	28,69	95,76	150	Рассольник Ленинградский	15,04
18,86	18,39	48,66	435,71	200	каша гречневая рассыпчатая, тефтели из говядины, соус томатный	47,58
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	5,85
37,59	35,3	198,97	1058,6		Итого	82,12

Полдник

7	4	39	227	60	Шанежка картофельная	12,66
0,09	3,31	9,03	36,48	150	Чай с лимоном	3,05
0,07	0,01	15,31	61	150	Яблоки свежие	31,15
7,16	7,32	63,34	324,48		Итого	46,86

Итого за день

171,87

Зав столовой

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

Завтрак

3-7 лет

7,23	6,67	39,54	246,87	200	каша ячневая	13,57
0,55	9,69	6,6	117,86	40	бутерброд с маслом	16,40
3,77	3,93	25,95	153,92	200	какао с молоком	11,75
11,55	20,29	72,09	518,65		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	сельдь с гарниром	16,44
6,02	9,54	38,25	127,68	200	Рассольник Ленинградский	14,99
22,09	21,35	69,71	509,04	230	каша гречневая рассыпчатая, тефтели говяжьих, соус томатный	62,47
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	5,85
42,4	40,64	235,24	1186,86		Итого	102,85

Полдник

7,00	4,00	39,00	227,00	60	Шанежка картофельная	12,66
0,12	3,31	12,04	48,64	200	Чай с лимоном	3,87
0,07	0,01	15,31	61	200	Яблоки свежие	31,15
7,19	7,32	66,35	336,64		Итого	47,68

Итого за день

199,09

Станкевич С.М.