

Утверждаю: зам. директора по УВР



Л.Р. Римша

меню детского сада на 19 марта

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

Завтрак

1-3 года

4,91	6,25	26,32	180,8	150	каша "Дружба"	11,59
4,26	6,87	6,48	104,74	40	бутерброд с сыром	10,26
2,83	2,95	19,46	115	150	какао с молоком	8,43
12	16,07	52,26	400,54		Итого	30,28

Второй завтрак

1	0,1	2,9	18	100	Сок	6,84
1	0,1	2,9	18	100		6,84

Обед

1,21	4,55	4,31	62,8	40	салат картофельный с зелёным горошком	10,66
2,9	2,72	17,42	65,27	150	суп картофельный с бобовыми на м.к.б.	12,55
11,5	10,57	30,07	294	200	рис отварной, котлета рыбная, соус томатный	44,65
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	5,85
29,14	21,51	166,5	864,06		Итого	76,81

Полдник

1	0,2	20,02	92	60	Ватрушка с повидлом	11,89
0,8	0,2	7,5	38	150	Мандарин	15,85
0,09		9,3	36,48	150	чай с лимоном	3,79
1,89	0,4	36,82	166,48		Итого	31,53

Итого за день

145,46

Зав. столовой

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

Завтрак

3-7 лет

6,55	8,33	35,09	241,11	200	каша "Дружба"	15,06
4,26	6,87	6,48	104,74	40	бутерброд с сыром	10,26
3,77	3,93	25,95	153,92	200	какао с молоком	11,92
14,58	19,13	67,52	499,77		Итого	37,24

Второй завтрак

1	0,1	2,9	18	100	Сок	6,84
1	0,1	2,9	18	100		6,84

Обед

1,82	6,83	6,46	94,2	60	салат картофельный с зелёным горошком	13,30
3,87	3,62	23,23	87,03	200	суп картофельный с бобовыми на м.к.б.	16,63
12,65	11,19	34,82	297,87	230	рис отварной, котлета рыбная, соус томатный	49,94
7,71	2,67	53,20	273	30	хлеб пшеничный	1,80
5,57	1,00	44,50	100	30	хлеб ржаной	1,30
0,25	0,00	17,00	68,99	150	компот из сухофруктов	5,85
31,87	25,31	179,21	921,09		Итого	88,82

Полдник

1,00	0,20	20,02	92,00	60	Ватрушка с повидлом	11,89
0,80	0,20	7,50	38,00	150	Мандарин	15,85
0,12		12,40	48,64	200	чай с лимоном	3,79
1,92	0,40	39,92	178,64		Итого	31,53

Итого за день

164,43

Станкевич С.М.