

| | |
|--|---|
| <p>УТВЕРЖДЕНО: ИИП Плюхина Наталья Иосифовна</p> <p style="text-align: center;"><i>Плюхина Наталья Иосифовна</i> / <u>Плюхина Н.И.</u></p> <p style="text-align: center;"><small>МП (ФИО)</small></p> | <p>СОГЛАСОВАНО: Заведующий МКДОУ / <i>Директор МКДОУ</i> <i>Учреждения дополнительного образования</i></p> <p style="text-align: center;"><i>Т.Ф. Крюкова</i></p> <p style="text-align: center;"><small>МП (ФИО)</small></p> |
|--|---|

ЛЕТНЕЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет / 3-7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда, гр. | | Пищевые вещества, гр. | | | Энерг. ценность (ккал) | № рецептуры |
|----------------------------|---|----------------|-------------|------------------------|------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | | 1-3 | 3-7 | Б | Ж | У | | |
| Неделя 2 День 5 | ПЯТНИЦА | | | | | | | |
| Завтрак | Суп молочный вермишелевый | 150 | 200 | 7,2 7,25 | 6,81 8,91 | 21,19 21,36 | 174,2 182,6 | 100 |
| | Батон | 20 | 30 | 1,9 | 0,70 | 12,85 | 65,50 | |
| | Масло сливочное | 8 | 10 | 1,85 3,37 | 6,89 9,10 | 11,58 23,10 | 112,7 182,9 | 6 |
| | Кофейный напиток на молоке | 150 | 200 | 3,6 4,8 | 4,4 5,9 | 11,8 15,8 | 106,5 142,0 | 414 |
| Итого за завтрак | | 328 | 440 | 14,83 17,60 | 26,22 30,03 | 59,72 75,41 | 495,1 609,2 | |
| Второй завтрак | Фрукт свежий (банан) | 100 | 100 | 1,5 | 0,5 | 21,0 | 95,0 | 368 |
| Обед | Борщ на м/к бульоне с фасолью | 150 | 200 | 2,83 3,54 | 4,08 5,10 | 11,62 14,53 | 94,60 118,25 | 143 |
| | Овощная нарезка (кукуруза консервированная) | 30 | 40 | 0,9 | 2,56 | 7,0 | 51,5 | 50 |
| | Картофельное рагу с мясом (курицей) | 150 | 200 | 13,70 17,64 | 15,60 23,0 | 15,60 18,37 | 221,1 298,7 | 708 |
| | Компот из сухофруктов | 150 | 200 | 0,4 0,54 | 0,00 | 20,9 27,85 | 80,7 107,7 | 349 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 50 | 3,3 | 1,3 | 23,0 | 112,0 | |
| | Хлеб ржаной | 20 | 40 | 1,8 | 0,65 | 11,5 | 120,0 | |
| | Итого за обед | | 540 | 730 | 22,57 27,22 | 24,19 33,41 | 93,48 99,16 | 693,40 794,65 |
| Полдник | Яйцо | 40 | 40 | 4,20 | 4,61 | 31,20 | 200,8 | 213 |
| | Икра кабачковая | 40 | 60 | 0,48 0,72 | 1,89 2,82 | 3,08 4,62 | 31,0 47,0 | 57 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 20 | 3,30 | 1,30 | 23,0 | 112,0 | |
| | Чай с сахаром | 150 | 200 | 0,13 | 0,01 | 1,81 | 60,15 | 410 |
| Итого за полдник | | 250 | 320 | 6,81 15,08 | 7,21 8,74 | 44,09 60,63 | 353,95 419,95 | |
| Итого за день | | 1218 | 1590 | 8,11 11,35 | 37,39 72,68 | 218,29 256,20 | 1637,4 1918,8 | |