

<b>УТВЕРЖДЕНО:</b> ИП Плюхина Наталья Иосифовна  	<b>СОГЛАСОВАНО:</b> Директор МКОУ Устьпогожинской СШ  
--	--

**ДЕТНЕЕ МЕНЮ ПРИГотовЛивАЕМых БЛюд**

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

на «18» августа 2022г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, гр.		Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценность (ккал)	№ рецептуры
		1-3	3-7	Б	Ж	У		
<b>Неделя 1</b>	<b>ЧЕТВЕРГ</b>							
<b>День 4</b>								
<b>Завтрак</b>	Каша молочная рисовая	150	200	7,51 10,06	8,34 11,34	30,44 41,26	227,0 307,0	177
	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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>328</b>	<b>440</b>	<b>14,86 20,67</b>	<b>20,33 27,04</b>	<b>66,67 93,01</b>	<b>511,7 697,4</b>	
<b>Второй завтрак</b>	Сок фруктовый	100	100	0,16	0,00	3,92	18,8	418
<b>Обед</b>	Суп крестьянский на м/к бульоне	150	200	3,67 4,25	3,68 3,84	13,89 15,31	102,45 111,66	86
	Овощная нарезка (редис, огурец свежий)	30	40	0,9	0,14	4,28	19,0	58
	Картофельное пюре	100	150	3,44 4,30	3,10 4,04	20,0 30,03	130,0 198,7	339
	Бефстроганов	85	110	15,51	12,43	3,29	187,0	278
	Кисель фруктовый	150	200	0,04	0,0	24,76	94,2	76
	Хлеб пшеничный	40	50	3,3	1,3	23,0	112,0	
	Хлеб ржаной	20	40	1,8	0,65	11,5	120,0	
<b>Итого за обед</b>		<b>575</b>	<b>790</b>	<b>28,66 30,1</b>	<b>23,9 25,0</b>	<b>103,4 114,8</b>	<b>796,7 946,1</b>	
<b>Полдник</b>	Яйцо отварное	40	40	2,9	4,01	16,2	150,8	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	3,3	1,3	23,0	112,0	
	Чай с сахаром	150	200	0,13	0,01	1,81	60,15	410
<b>Итого за полдник</b>		<b>270</b>	<b>350</b>	<b>6,81 8,35</b>	<b>7,21 8,74</b>	<b>44,19 60,63</b>	<b>353,95 419,95</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1173</b>	<b>1580</b>	<b>35,47 59,12</b>	<b>51,44 60,78</b>	<b>214,3 268,5</b>	<b>1263,45 2063,45</b>	
								<b>91-98</b>

Повар: Махадишв  
 Ответственный по питанию по школе: \_\_\_\_\_

