

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Плехина Наталья Иосифовна

**СОГЛАСОВАНО:**

Директор МКОУ Чувашского
КВБ СМ

С. Дуреев / *Т.Ф. Крюкова*

ЛЕТНЕЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

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

на « 17 » октября 2022г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, гр.		Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценность (ккал)	№ рецептуры
		1-3	3-7	Б	Ж	У		
Неделя 2 День 6	ПОНЕДЕЛЬНИК							
Завтрак	Омлет натуральный	120	150	6,94	9,90	4,31	135,3	229
				9,70	12,91	5,37	178,4	
	Хлеб пшеничный	20	30	3,3	1,3	23,0	112,0	
	Конфета	20	40	6,4	34,6	55,0	543,5	
Итого за завтрак	Кофейный напиток на молоке	150	200	3,6	4,4	11,8	106,5	414
				4,8	5,9	15,8	142,0	
		310	420	20,24	50,20	94,11	897,3	
				24,20	54,71	99,17	975,9	
Второй завтрак	Фрукт свежий(груша)	100	100	0,4	0,3	9,8	47,0	
Обед	Суп вермишелевый на м/к бульоне	150	200	2,0	6,35	18,1	91,3	139
	Овощная нарезка (свекла)	30	40	0,9	2,56	7,0	51,5	58
	Отварная гречка с маслом	100	130	3,03	4,48	21,10	258,1	330
				3,48	5,61	23,60		
	Котлета мясная	60	80	9,32	7,07	9,64	139,0	299
				12,52	9,30	12,70	183,0	
	Соус томатный	30	30	0,35	2,12	3,77	35,97	366
				0,35	2,95	3,77	43,45	
	Компот из сухофруктов	150	200	0,4	0,00	20,9	80,7	349
			0,54		27,85	107,7		
	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		580	770	21,11	22,11	112,29	856,07	
				24,89	25,06	123,62	934,55	
Полдник	Рулетик с повидлом	60	80	3,82	2,55	37,8	190,0	
	Чай с сахаром	150	200	0,13	0,01	1,81	60,15	410
Итого за полдник		240	320	3,95	2,56	39,61	250,15	
Итого за день		1230	1610	45,7	75,17	255,81	2050,52	
				53,44	82,63	272,2	2207,6	
								91-98

Провер: Махадишова
 Ответственный за питание: *С.В. Горбунова*