

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Плюхина Наталья Иосифовна



СОГЛАСОВАНО:

Директор Искоч Уильям -
гостиничной СС

И.И. Дудин / Т.Ф. Крюкова

ЛЕТНЕЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

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

на « 21 » октября 2022г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, гр.		Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценность (ккал)	№ рецептур
		1-3	3-7	Б	Ж	У		
Неделя 2	ПЯТНИЦА							
День 10								
Завтрак	Суп молочный вермишелевый	150	200	7,2	6,81	21,19	174,2	100
				7,25	8,91	21,36	182,6	
	Батон	20	30	1,9	0,70	12,85	65,50	6
	Масло сливочное	8	10	1,85	6,89	11,58	112,7	
	Кофейный напиток на молоке	150	200	3,6	4,4	11,8	106,5	414
				4,8	5,9	15,8	142,0	
Итого за завтрак		328	440	14,83	26,22	59,72	495,1	
				17,60	30,03	75,41	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	4,08	11,62	94,60	143
				3,54	5,10	14,53	118,25	
	Овощная нарезка (кукуруза консервированная)	30	40	0,9	2,56	7,0	51,5	50
	Картофельное рагу с мясом (курицей)	150	200	13,70	15,60	15,60	221,1	708
				17,64	23,0	18,37	298,7	
	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		540	730	22,57	24,19	93,48	693,40	
				27,22	33,41	99,16	794,65	
Полдник	Яйцо	40	40	4,20	4,61	31,20	200,8	213
	Икра кабачковая	40	60	0,48	1,89	3,08	31,0	57
				0,72	2,82	4,62	47,0	
	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	7,21	44,09	353,95	
				15,08	8,74	60,63	419,95	
Итого за день		1218	1590	8,11	37,39	218,29	1637,4	
				11,35	72,68	256,20	1918,8	
								91-98

Добав: Махадимов

Смешивать за мамаше: Вч / В. Ч. Тербушова