

**УТВЕРЖДЕНО:**

ИП Плехина Наталья Иосифовна



/ Плехина Н.И.

Плехина  
Наталья  
Иосифовна**СОГЛАСОВАНО:**Директор ИК «Учебного -  
технического» ССН

С. Юсупов Т. Ф. Крюкова

**ЛЕТНЕЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД**

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

на « 11 » октября 2022г.

| Прием пищи              | Наименование блюда            | Вес блюда, гр. |             | Пищевые вещества, гр.  |                        |                         | Энерг. ценность (ккал)     | № рецептурь  |
|-------------------------|-------------------------------|----------------|-------------|------------------------|------------------------|-------------------------|----------------------------|--------------|
|                         |                               | 1-3            | 3-7         | Б                      | Ж                      | У                       |                            |              |
| <b>Неделя 1</b>         | <b>ВТОРНИК</b>                |                |             |                        |                        |                         |                            |              |
| <b>День 2</b>           |                               |                |             |                        |                        |                         |                            |              |
| Завтрак                 | Каша молочная манная          | 150            | 200         | 5,69<br>7,3            | 6,9<br>8,3             | 28,96<br>35,7           | 171,5<br>228,0             | 311          |
|                         | Батон                         | 20             | 30          | 1,6                    | 1,2                    | 9,8                     | 56,8                       |              |
|                         | Повидло                       | 15             | 20          | 2,94                   | 4,64                   | 16,38                   | 184,0                      |              |
|                         | Какао с молоком               | 150            | 200         | 3,07<br>4,1            | 3,2<br>4,3             | 14,7<br>19,7            | 111,0<br>148,0             | 416          |
| <b>Итого за завтрак</b> |                               | <b>335</b>     | <b>450</b>  | <b>13,3<br/>15,94</b>  | <b>15,94<br/>18,44</b> | <b>69,84<br/>81,58</b>  | <b>523,3<br/>616,8</b>     |              |
| Второй завтрак          | Фрукт свежий (яблоко)         | 100            | 100         | 0,4                    | 0,4                    | 9,8                     | 47,0                       | 368          |
| Обед                    | Борщ на м/к бульоне           | 150            | 200         | 1,93<br>2,54           | 4,36<br>5,2            | 13,12<br>17,5           | 75,9<br>114,1              | 110          |
|                         | Овощ. нарезка (огурец свежий) | 30             | 40          | 0,8                    | 0,1                    | 2,8                     | 15,0                       |              |
|                         | Суфле мясное                  | 80             | 100         | 15,48<br>20,7          | 8,58<br>14,3           | 3,66<br>6,1             | 155,04<br>258,4            | 287          |
|                         | Компот из сухофруктов         | 150            | 200         | 0,4<br>0,54            | 0,00                   | 20,9<br>27,85           | 80,7<br>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                      |              |
| <b>Итого за обед</b>    |                               | <b>470</b>     | <b>630</b>  | <b>23,71<br/>29,36</b> | <b>14,99<br/>21,51</b> | <b>74,98<br/>87,45</b>  | <b>477,94<br/>720,6</b>    |              |
| Полдник                 | Кондитерское изделия (пряник) | 20             | 40          | 2,9                    | 3,33                   | 77,5                    | 354,17                     |              |
|                         | Снежок                        | 150            | 200         | 4,32                   | 5,12                   | 17,28                   | 132,48                     |              |
| <b>Итого за полдник</b> |                               | <b>170</b>     | <b>240</b>  | <b>7,22</b>            | <b>8,45</b>            | <b>94,78</b>            | <b>486,65</b>              |              |
| <b>Итого за день:</b>   |                               | <b>975</b>     | <b>1320</b> | <b>43,79<br/>40,68</b> | <b>39,33<br/>48,4</b>  | <b>237,93<br/>263,8</b> | <b>1559,89<br/>1824,05</b> |              |
|                         |                               |                |             |                        |                        |                         |                            | <b>91-98</b> |

Левар: Махадзинова

Отвешивает за точность подсчетов! Оу