

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Плюхина Наталья Иосифовна



СОГЛАСОВАНО:

Директор
Учебно-методического центра
Т.Ф. Крюкова



ЗИМНЕЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

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

на « 27 » октября 2022г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, гр.		Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценность (ккал)	Стоимость руб.
		1-3	3-7	Б	Ж	У		
Неделя 1 День 4	ЧЕТВЕРГ							
Завтрак	Каша молочная рисовая	150	200	7,51 10,06	8,34 11,34	30,44 41,26	227,0 307,0	
	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	
	Кофейный напиток на молоке	150	200	3,6 4,8	4,4 5,9	11,8 15,8	106,5 142,0	
Итого за завтрак		32 8	44 0	14,86 20,67	20,33 27,04	66,67 93,01	511,7 697,4	
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	100	0,16	0,00	3,92	18,8	
Обед	Суп крестьянский на м/к бульоне	150	200	3,67 4,25	3,68 3,84	13,89 15,31	102,45 111,66	
	Овощи (морковь)	30	40	0,9	0,14	4,28	19,0	
	Картофельное пюре	100	150	3,44 4,30	3,10 4,04	20,0 30,03	130,0 198,7	
	Бефстроганов	85	110	15,51	12,43	3,29	187,0	
	Кисель фруктовый	150	200	0,04	0,0	24,76	94,2	
	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		57 5	79 0	28,66 30,1	23,9 25,0	103,4 114,8	796,7 946,1	
Полдник	Яйцо отварное	40	40	2,9	4,01	16,2	150,8	
	Икра кабачковая	40	60	0,48 0,72	1,89 2,82	3,08 4,62	31,0 47,0	
	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	
Итого за полдник		27 0	35 0	6,81 8,35	7,21 8,74	44,19 60,63	353,95 419,95	
Итого за день:		11 73	158 0	35,47 59,12	51,44 60,78	214,3 268,5	1263,45 2063,45	
								91-98

Повар: Махадимова

Ответственный по питанию: Дом