

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Плюхина Наталья Иосифовна



Плюхина Н.И.
(ФНО)

СОГЛАСОВАНО:

Директор Муниципального центра
общественного питания
А. Ю. Юрков
МП (ФНО)

ЗИМНЕЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

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

на « 18 » ноября 2022г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, гр.		Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценность (ккал)	Стоимость руб.
				Б	Ж	У		
Неделя 2 День 10	ПЯТНИЦА							
Завтрак	Суп молочный вермишелевый	150	200	7,2	6,81	21,19	174,2	
				7,25	8,91	21,36	182,6	
	Батон	20	30	1,9	0,70	12,85	65,50	
	Масло сливочное	8	10	1,85	6,89	11,58	112,7	
				3,37	9,10	23,10	182,9	
Кофейный напиток на молоке	150	200	3,6	4,4	11,8	106,5		
			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	
Обед	Борщ на м/к бульоне с фасолью	150	200	2,83	4,08	11,62	94,60	
				3,54	5,10	14,53	118,25	
	Овощи (кукуруза консервированная)	30	40	0,9	2,56	7,0	51,5	
	Картофельное рагу с мясом (курицей)	150	200	13,70	15,60	15,60	221,1	
				17,64	23,0	18,37	298,7	
	Компот из сухофруктов	150	200	0,4	0,00	20,9	80,7	
				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	
	Икра кабачковая	40	60	0,48	1,89	3,08	31,0	
				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		
Итого за полдник		250	320	6,81	7,21	44,09	353,95	
				15,08	8,74	60,63	419,95	
Итого за день		121	159	8,11	37,39	218,29	1637,4	
		8	0	11,35	72,68	256,20	1918,8	
								91-98

Повар: Махадимова

Ответственный по питанию: [подпись]