

УТВЕРЖДЕНО:

ИИ Плюхина Наталья Иосифовна



Плюхина Н.И.
(ФИО)

СОГЛАСОВАНО:

Директор школы
Жирков Алексей
Александрович
Сидоров
(ФИО)

ЗИМНЕЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

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

на « 02 » декабря 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]