

Неделя 2 ДЕНЬ 2 (3-7 лет)

Дата 07.11.23

Утверждаю:
Заведующая МКДОУ "Детский сад №14"
Э.М. Аришпева
Приказ № 51 от 31.08.2023г.



Прием пищи/ Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК						
Каша вязкая из пшеничной крупы (с сахаром)	180,0	4,30	4,77	24,22	162,50	182
Хлеб Пшеничный	30,0	2,5	7,6	14,6	71,0	98
Чай с лимоном	180/10/7	0,1	0,0	10,2	41,0	412
Итого завтрак:	400,0	6,9	12,3	49,0	274,5	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Печенье	20,0	5,0	6,6	14,6	83,0	
Итого второй завтрак:	20,0	5,0	6,6	14,6	83,0	
ОБЕД						
Суп картофельный с перловой крупой	200,0	1,7	4,1	13,3	97,2	86
Курица тушенная, в соусе №332 (джэдлыбкэ)	120,0	14,1	12,9	3,5	187,0	318
Каша рассычатая пшеничная с маслом (гарнир)	150,0	6,6	5,7	37,9	229,5	330
Компот из свежих яблок	180,0	0,6	0,3	18,7	89,0	390
Хлеб Пшеничный	70,0	4,0	0,5	24,2	166,0	98
Итого обед:	720,0	27,0	23,5	97,5	768,7	
ПОЛДНИК						
Яйцо отварное	40,0	29,6	4,6	0,3	63,0	227
Хлеб Пшеничный	30,0	2,5	7,6	14,6	71,0	98
Чай с сахаром	180/10	0,1	0,0	10,0	40,0	376
Итого полдник:	290,0	32,1	12,2	14,9	264,0	
Всего за день :	1430,0	71,0	54,6	176,0	1394,2	

Допущены отклонения при составлении меню от рекомендуемых норм питания (+-5%)

Допущены отклонения от химического состава рекомендуемых наборов продуктов (+-10%)

Использован: Сборник рецептов и технических нормативов на продукцию для питания детей в ДОО. Ф.А.Шувалова, Москва 2016.