

Неделя 1 День 5 (3-7 лет)

Заведующий БУКДОУ Детский сад №4



17.11.2023

Прим. пицц/	Наименование блюда	Вес блюд г	Пищевая ценность				№ рецеп- туры
			Бел ку	Жи ры	Угле- воды	Энергетич. ккал	
<b>Завтрак</b>							
	Каша овсяная пшеничной крупы (с сахаром)	180,0	4,1	7,6	29,6	168,4	182
	Хлеб Пшеничный	30,0	2,5	7,6	14,6	71,0	97
	Чай с лимонам	180/ 10/7	0,1	0,0	10,2	41,0	412
	<b>Итого завтрак</b>	<b>390,0</b>	<b>6,7</b>	<b>15,2</b>	<b>54,5</b>	<b>280,4</b>	
<b>второй завтрак</b>							
	Вафли	20	5	6,6	14,6	68	
	<b>Итого второй завтрак</b>	<b>20,0</b>	<b>5,0</b>	<b>6,6</b>	<b>14,6</b>	<b>68,0</b>	
<b>обед</b>							
	Суп картофельный с перловой крупой	200,0	1,7	4,1	13,3	97,2	86
	Шофтели мясные	80,0	5,7	9,5	7,7	79,0	304
	Салат из свеклы	150,0	3,7	5,4	36,7	141,0	34
	Кисель	180,0	0,6	0,3	18,7	80,4	401
	Хлеб Пшеничный	70,0	4,0	0,5	24,2	166,0	97
	<b>Итого обед:</b>	<b>680,0</b>	<b>15,6</b>	<b>19,7</b>	<b>100,5</b>	<b>563,6</b>	
<b>полдник</b>							
	Суп молочный гречневый	200,0	7,2	12,6	54,0	178,4	101
	Хлеб Пшеничный	50,0	2,5	7,6	14,6	118,0	97
	<b>Итого полдник</b>	<b>250,0</b>	<b>9,7</b>	<b>20,2</b>	<b>68,6</b>	<b>296,4</b>	
	<b>Всего за день:</b>	<b>1340, 0</b>	<b>37,0</b>	<b>61,7</b>	<b>238,2</b>	<b>1208,4</b>	

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

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

Использован: Сборник рецептур и технических нормативов на продукцию для питания детей в ДОО.

В.А.Путальни, Москва 2016.