

Неделя 2 ДЕНЬ 2 (3-7 лет)

Дата 11.02.2025

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ "Детский сад №14"
Э.М. Ариппева
Приказ № 37 от 30.08.2024г.



Прием пищи/ Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества в 100 г			Энергетическая ценность, кДж	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК						
Каша вязкая из крупы (с сахаром) <i>цельнозерновой</i>	180,0	3,2	3,7	26,1	150,9	182
Хлеб Пшеничный	30,0	2,5	7,6	14,6	71,0	98
Чай с лимоном и сахаром	180/10/7	0,1	0,0	10,2	41,0	412
Итого завтрак:	400,0	5,8	11,3	50,9	262,9	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Бутерброд с сыром	40,0	1,5	0,5	21,0	151,0	3
Итого второй завтрак:	20,0	5,0	6,6	14,6	83,0	
ОБЕД						
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	200,0	1,5	3,9	10,2	82,0	62
Курица тушенная, в соусе №332 (джемлыбжь)	60\60	14,1	12,9	3,5	187,0	318\367
Каша рассыпчатая пшеничная с маслом (гарнир)	150\5	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	26,7	23,3	94,4	753,5	
ПОЛДНИК						
Булочка Российская	60,0	7,9	8,1	54,0	214,8	457
Какво с молоком	180	0,1	0,0	10,0	107,0	416
Итого полдник:	290,0	8,0	8,1	64,0	268,0	
Всего за день:	1430,0	45,5	49,3	223,9	1367,4	

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

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

Использован: Сборник рецептур и технических нормативов на продукцию для питания детей в ЦОС Ф.Я.Шутельман, Москва 2016.