

Неделя 2 ДЕНЬ 1 (3-7 лет)

Дата 10.03.2025

Заведующий МКДОУ "Детский сад №14"



Прием пищи/ Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша вязкая рисовая (с сахаром)	180,0	3,2	3,7	26,1	150,9	182
Хлеб Пшеничный	30,0	2,5	7,6	14,6	71,0	978
Чай с сахаром	180/10	0,1	0,0	10,0	40,0	376
<b>Итого завтрак:</b>	<b>400,0</b>	<b>5,7</b>	<b>11,3</b>	<b>50,7</b>	<b>261,9</b>	
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
Бутерброд с маслом	40,0	1,5	0,5	21,0	151,0	3
<b>Итого второй завтрак:</b>	<b>40,0</b>	<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21,0</b>	<b>151,0</b>	
<b>ОБЕД</b>						
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200,0	4,1	4,3	12,9	117,8	87
Котлеты говяжьи с соусом	80\30	12,4	9,2	12,6	183,0	299\366
Макароны отварная с маслом сливочным	150,0	6,6	5,7	37,9	129,5	335
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	978
<b>Итого обед:</b>	<b>600,0</b>	<b>27,7</b>	<b>20,0</b>	<b>106,2</b>	<b>685,3</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Суп молочный гречневый	200,0	7,2	12,6	54,0	142,4	101
Хлеб Пшеничный	50,0	2,5	7,6	14,6	118,0	978
<b>Итого полдник:</b>	<b>240,0</b>	<b>9,7</b>	<b>20,2</b>	<b>68,6</b>	<b>321,8</b>	
<b>Всего за день:</b>	<b>1280,0</b>	<b>44,5</b>	<b>51,9</b>	<b>246,5</b>	<b>1420,0</b>	

Допустимы отклонения при составлении меню от рекомендуемых норм питания (+-5%)  
 Допустимы отклонения от химического состава рекомендуемых наборов продуктов (+-10%)  
 Использованы санитарные нормы и технические нормативы на продукцию для питания детей в МКДОУ "Детский сад №14" г. Нальчик, Москва 2016