Неделя 2 ДЕНЬ 2 (3-7лет)

Дата 20.01.26

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ "Детский сад №14"
_____ Э.М. Аришева
Приказ № 30 от 29.08.2025г.

Прием пищи/ Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК						
Каша вязкая из манной крупы (с сахаром)	180,0	3,2	5,7	10,5	157,9	182
Хлеб Пшеничный	30,0	2,5	0,3	14,6	72,6	ПР
Чай с сахаром	180/10	0,1	0,0	10,2	41,0	412
Итого завтрак:	400,0	5,8	6,0	35,3	271,5	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Бутерброд с сыром	40,0	1,5	0,5	21,0	151,0	3
Итого второй завтрак	40,0	1,5	0,5	21,0	151,0	
ОБЕД						
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	200,0	1,5	3,9	10,2	82,0	62
Курица тушенная, в соусе №332 (джэдлыбжьэ)	70\60	14,1	16,9	5,5	201,0	318\367
Каша рассыпчатая пшенная с маслом (гарнир)	130\5	6,6	5,7	28,0	231,5	330
Кисель	180,0	0,6	0,3	18,7	80,4	401
Хлеб Пшеничный	70,0	5,6	0,7	34,2	169,4	ПР
Итого обед:	720,0	28,4	27,5	96,5	764,3	
ПОЛДНИК						
Булочка Российская	60,0	7,9	8,1	54,0	214,8	457
Какао с молоком	180,0	0,1	0,0	10,0	107,0	416
Итого полдник:	240,0	8,0	8,1	64,0	321,8	
Всего за день :	1400,0	43,6	42,2	216,9	1508,6	

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. Ф.А.Тутельян.,Москва 2016.

AnyScanner