

Л.В. Кичук

Утверждаю:
Директор МАДОУ ЦРР – д/с
А.Л. Руцкая А.Л.



На 26.06. 2023г

Меню

Возрастная категория: 3 – 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ККАЛ)	
			Б	Ж	У	ккал	№Рец
Завтрак 1							
	Каша пшениная молочная	200	7,01	8,1	28,39	215,6	96
	Чай с молоком	200	0,8	1,54	13,5	76,2	76
	Хлеб пшеничный с маслом	25/5	2,8	3,74	12,53	95	1
Итого за 1 Завтрак		430	10,61	13,38	54,42	386,8	
Завтрак 2							
	Сок фруктовый	200	0,13	0	16,82	95	137
Итого за 2 Завтрак		200	0,13	0	16,82	95	137
ИТОГО ЗАВТРАК		630	10,74	13,38	71,24	481,8	
ОБЕД	Салат из зеленого горошка	50	1,41	3,08	3,46	47,05	46
	Суп с гречкой с мясом	200	6,15	8,04	19,067	154,2	101
	Жаркое по домашнему	200	8,68	10,3	14,66	228	153
	Компот из чернослива	200	0,65	0	21,85	86,1	15
	Хлеб пшеничный	20	1,16	0,45	7,47	49,8	133
	Хлеб прибрежный	20	1,16	0,45	7,47	49,8	133
	Хлеб дарницкий	30	1,65	0,3	8,55	55,25	133
ИТОГО ОБЕД		720	20,86	22,62	83,13	670,2	
Уплотненный полдник	Биточки из говядины	70	9	7,95	4,16	139,13	6
	Салат из моркови с изюмом с растительным маслом	55	0,6	3,5	4,8	72,8	
	Макароны отварные	150	4	5,32	30,85	154,73	469
	Компот из свеж.морож. ягод	180	0,13	0,1	16,68	64,59	71
	Хлеб пшеничный	15	1,16	0,45	7,47	49,5	133
	Хлеб дарницкий	15	1,32	0,24	6,84	49,2	133
	Мандарин	100	0,9	0,52	10	54,38	136
	Развлечение	Сок	400	Фрукт	200	Шоколад	100
	вафли	44гр	вафли	50гр	печенье	72гр	
Итого за уплотненный полдник		585	17,11	18,08	80,8	584,33	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1935	49	54,08	235,17	1736,33	

Шеф-повар *Л.В. Кичук* / Л.В.Кичук

Мед сестра *Л.Г. Зиновьева* / Л.Г. Зиновьева

Утверждаю:
 Директор МАДОУ ЦРР – д/с
 А.Л. Руцкая

МЕНЮ

на 26.062023г.

Возрастная категория: 2-3 года: 3 – 7лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность (ККАЛ)	
		ясли	сад	ясли	сад
1 Завтрак					
	Каша молочная пшеничная	150	200	159,75	213
	Чай с молоком	180	180	81	80,7
	Хлеб пшеничный с маслом	15/5	25/5	64,35	91,07
Итого 1 Завтрак		310	390	280,01	360,07
2 Завтрак	Сок фруктовый	100	150	70	90
Итого 2 Завтрак		456	560	350,1	450,07
Обед	Салат из зеленого горошка	35	50	34,5	47,05
	Суп с гречкой с мясом	150	200	115	144
	Жаркое по домашнему	160	180	180	228
	Компот из кураги	150	180	71,71	86,1
	Хлеб прибрежный	10	15	26,2	39,8
	Хлеб дарницкий	20	25	36,2	45,25
	Хлеб пшеничный	10	15	26,2	39,8
Итого Обед		525	665	490,01	630
Уплотненный полдник	Биточки из говядины	50	70	99,1	139,13
	Салат из моркови с изюмом с растительным маслом	35	50		
	Макароны отварные	100	110	138	154,73
	Компот из св. мор. ягод	150	180	53,83	64,59
	Хлеб пшеничный	10	15	26,2	39,3
	Хлеб дарницкий	10	20	18,1	36,2
	Фрукт	95	100	41,8	44
Итого уплотненный полдник		450	545	420,66	540,65
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1431	1770	1260,14	1620,72

Шеф-повар Л.В. Кичук / Л.В.Кичук

Медсестра Л.Г. Зиновьева / Зиновьева Л.Г.