

заведующий

Алексеева Елена
07.02.2025

МКДОУ
№ 46

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
10.02.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,86	5,3	25,56	168,96
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ для алл	150	3,58	4,56	37,39	204,34
	БАТОН	25	1,91	0,25	12,83	65,49
	ХЛЕБЦЫ (диета)	27	2,13	0,38	22,11	100,44
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		607,00	15,73	17,34	113,64	677,43
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		200,00	1,00	0,20	19,79	86,00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	2,14	6,05	4,66	81,18
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,16	3,44	13,44	93,6
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,66	96,58
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	80	9,93	23,35	10,18	278,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		700,00	19,13	36,22	62,79	647,16
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	55	3,25	2,57	41,25	201,3
	ПЕЧЕНЬЕ для алл	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		275,00	8,87	7,47	66,43	370,30
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	26,15	12,56	25,97	323,41
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ для алл	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,29	38,5
	БАТОН	37	2,82	0,37	18,98	96,93
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		627,00	33,97	23,73	90,11	725,10
Итого за день		2414,00	78,70	84,96	352,76	2505,99
Среднее значение за период		2414,00	78,70	84,96	352,76	2505,99

Исполнитель: Медсестра Ирина Котелева (Котелева Ирина Валентиновна)

Шеф-повар: Елена Катаева (Катаева Елена Викторовна)