



Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ "Детский сад №29"
 Валик Е.А.

Меню на "02" 2016 год

02 - понедельник 6-ой день по 10-ти дневному меню

(№ недели, день недели)

возрастная категория воспитанников: от 1,5 до 3-х лет

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК							
	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с сахаром	150	6,3	4,1	33,5	195,1	183/2005
	Бутерброд с маслом	40	2,39	8,85	14,9	165,7	№1/2014
	Чай с сахаром	180	0,06	0	10,00	38,36	392/2014
2 ЗАВТРАК	Сок фруктовый в ассортименте	100	0,5	0,1	10,1	46	г/л
ОБЕД							
	Суп картофельный с крупой	180	1,6092	2,0538	12,5424	74,898	80/2014
	Котлета рубленая из бройлер-цыплят с маслом сливочным	70	12,0793	11,5847	8,6632	229,081	295/2005
	Капуста тушеная	120	2,958	6,1524	12,5852	119,114	132/2014
	Компот из свежих плодов	180	0,144	0,144	21,492	85,14	372/2014
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,2	г/л
	Хлеб пшеничный	20	1,54	1,6	9,96	52,4	г/л
ПОЛДНИК							
	Булочка домашняя	60	4,3832	7,097	36,6525	229,081	424/2005
	Напиток из плодов шиповника	180	0,612	0,252	26,658	119,34	388/2005
Всего за 6 день			33,93	42,18	203,9	1349,31	
Стоимость, руб			702,56				



Меню на " 02 " 16 2014 год

№ 6 6-ой день по 10-ти дневному меню

(№ недели, день недели)

возрастная категория воспитанников: от 3 до 7-х лет

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК							
	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с сахаром	180	7,9	4,9	40,2	234,1	183/2005
	Бутерброд с маслом	40	2,38	8,85	14,9	165,7	№1/2014
	Чай с сахаром	180	0,06	0	10,00	38,36	392/2014
2 ЗАВТРАК	Сок фруктовый в ассортименте	100	0,5	0,1	10,1	46	г/п
	Итого за завтрак		10,06	13,75	65,1	438,16	
ОБЕД							
	Суп картофельный с крупой	200	1,788	2,282	13,936	83,22	80/2014
	Котлета рубленая из бройлер-цыплят с маслом сливочным	70	12,0793	11,5847	8,6632	188,03	295/2005
	Капуста тушеная	130	3,208	6,6651	13,7792	129,583	132/2014
	Компот из свежих плодов	180	0,144	0,144	21,492	85,14	372/2014
	Хлеб ржаной	20	1,92	0,24	6,84	36,2	г/п
	Хлеб пшеничный	20	1,64	1,6	9,96	52,4	г/п
	Итого за обед		20,0743	22,6158	74,6704	574,568	
ПОЛДНИК							
	Булочка домашняя	80	5,9485	9,4665	48,9035	305,62	424/2005
	Напиток из плодов шиповника	180	0,612	0,252	26,658	119,34	388/2005
	Итого за полдник		6,4605	9,7185	75,5615	424,96	
Всего за 6 день							
Стоимость, руб			37,1	46,11	225,41	1483,67	