



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

Меню на "11" "06" 2021 год

1-й 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,г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Яйцо вареное	1шт.	5,8	4,6	0,28	62,8	213/2014
	Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	71,4	50/2009
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,26	54,3	г/п
	Бутерброд с маслом	40	2,39	8,85	14,9	165,7	№1/2014
	Чай с сахаром	180	0,06	0	10	38,36	392/2014
2 ЗАВТРАК	Сок фруктовый в ассортименте	100	0,5	0,1	10,1	46	г/п
ОБЕД							
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	180/3	1,4238	4,19	10,10	83,95	82/2005
	Шницель рыбный натуральный	70	10,2365	11,3511	5,2948	164,896	235/2005
	Пюре картофельное	120	2,5876	4,031	17,6581	117,127	312/2005
	Компот из сушеных фруктов	180	0,396	0	24,9912	100,116	376/2014
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,2	г/п
	Хлеб пшеничный	20	1,54	1,6	9,96	52,4	г/п
ПОЛДНИК							
	Крендель с сахаром	60	4,0995	7,2768	36,4983	227,538	415/2005
	Какао с молоком	180	3,809	3,97	15,456	110,37	397/2014
Всего за День			47,8159	58,1888	203,4346	1537,537	
Стоимость,руб			128,12				



Меню на " 11 " 06

2014 год

3-й день по 10-ти дневному меню

(№ недели, день недели)

возрастная категория воспитанников: от 3 до 7-х лет

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
1 ДЕНЬ							
ЗАВТРАК	Яйцо вареное	1шт	5,08	4,6	0,28	62,8	213/2014
	Консервы овощные закусочные порциями(икра кабачковая)	70	1,35	6,23	5,39	83,3	50/2009
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,26	54,3	г/п
	Бутерброд с маслом	40	2,39	8,85	14,9	165,7	№1/2014
	Чай 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
ОБЕД							
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/4	1,5991	4,7565	10,9669	94,641	82/2005
	Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным	70	10,2365	11,3511	5,2948	164,896	235/2005
	Пюре картофельное	130	2,8028	4,403	19,0693	127,185	312/2005
	Компот из сушеных фруктов	180	0,396	0	24,9912	100,118	375/2014
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,2	г/п
	Хлеб пшеничный	20	1,54	1,6	9,96	52,4	г/п
ПОЛДНИК							
	Крендель сахарный	80	5,466	9,7024	48,6644	303,384	415/2005
	Какао с молоком	180	3,809	3,97	15,456	110,37	397/2014
Всего за 3 день			38,5094	55,163	192,1733	1439,6484	
Стоимость, руб			136,23				