

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ «Детский сад №10»  
Л.В. Тарасенко

Меню приготавливаемых блюд  
на «24» января 2024 года

Возрастная категория: 1,6-3 лет и 3 - 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1.6-3	Вес блюда 3-7	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность	№ рецепту ры
				Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Каша полтавская молочная с маслом	150	200	6.8/7.8	4.4/7	17.9/27.9	125/158	№58
	Какао	180	200	0.5/1.82	_____	6.8/11.1	48.6/95.6	№8
	Хлеб пшеничный	25	25	1.08	1.2	15.8	61.8	Гост 26987-86
	Масло сливочное	5	5	0.1	3.8	0.1	44.6	Гост 32261- 2013
<b>Итого за завтрак</b>		360	430	8.48/10.8	9.4/12	40.6/52.2	280/360	
2 завтрак	<i>Сок фруктовый</i>	90	100	2.1/2.7	0.1/0.8	10.15/13.05	70/90	Гост 32103- 2013
<b>Итого за второй завтрак</b>		90	100	2.1/2.7	0.1/0.8	10.15/13.05	70/90	
обед	Луковый салат	40	60	0.8/1.5	2/2.5	6.3/11.6	57/90.5	№46
	Суп гороховый на мясокостном бульоне	150	200	2.8/4.82	3.05/5. 3	23.4/26.4	91.5/130. 5	№40
	Котлета «любительская»	50	80	6.8/7.5	11.95/ 12.5	8.7/14.7	56.9/90.1	
	Капуста тушеная	110	150	2.44/2.5	0.5/1.5	9.8/11.8	191.6/215 .5	
	Хлеб пшеничный	25	25	1.08	1.2	15.8	61.8	Гост 26987-86
	Компот с/ф	180	200	0.7/1.5	_____	7.05/11.05	31.2/41.6	№7
<b>Итого за обед</b>		555	715	14.62/18.9	18.7/2 3	71.05/91.35	490/630	
полдник	Булка	50	50	3.8	4/6.35	16.1	107.5/105 .8	№29
	Молоко	180	200	2.5/4,6	3.05/7	14.35/23.05	102.5/164 .2	Гост 31450- 2013
<b>Итого за полдник</b>		230	250	6.3/8.1	7.05/9	30.45/39.15	210/270	
<b>Итого за день:</b>		1295	1595	31.5/40.5	35.25/ 44.8	152.25/195. 75	1050/135 0	