

Утверждаю
И.о. заведующего МБДОУ «Детский сад №10»
Г.Ю. Попова

**Меню приготавливаемых блюд
на «29» февраля 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	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Каша пшеничная молочная с маслом	150	200	7.1/7.5	4.4/7	17.9/25.5	136/186	№24
	Кофейный напиток	180	200	0.12/2.12	_____	6.8/8.4	37.6/67.6	№6
	Хлеб пшеничный	25	25	1.08	2.2/1.2	15.8	61.8	Гост 26987-86
	Масло сливочное	5	5	0.1	3.8	0.1	44.6	Гост 32261-2013
Итого за завтрак		360	430	8.4/10.8	9.4/12	40.6/52.2	280/360	
2 завтрак	Сок фруктовый	150	200	2.1/2.7	0.1/0.8	10.15/13.05	70/90	Гост 32103-2013
Итого за второй завтрак		150	200	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 картофельный с фрикадельками	150	200	1.65/2.65	2.45/5.3	18.55/25.75	109.4/130.5	№25
	Голубцы ленивые	130	200	7.5/8.8	7.45/9.9	14.9/16.9	180.3/210.3	№11
	Соус	25	25	1.45	4	4.95	78.7	№34
	Хлеб ржаной	50	50	3	1.1	21.3	78.4	Гост 26987-86
	Кисель	180	200	0.7/1.5	_____	7.05/11.05	31.2/41.6	№26
Итого за обед		575	735	14.7/18.9	16.05/22.8	71.05/91.35	490/630	
полдник	Пирожки с повидлом	50	50	3.8	6.35	16.1	105.8	№30
	Молоко	180	200	2.5/4.3	3.05/2.65	14.35/23.05	102.5/164.2	Гост 31450-2013
Итого за полдник		230	250	6.3/8.1	7.05/9	30.45/39.15	210/270	
Итого за день:		1315	1645	31.5/40.5	32.6/44.6	152.25/195.75	1050/1350	